

孕前孕后必做的300件事



作者：张凤春编著

出版社：北京：中国妇女出版社

出版日期：2009.07

总页数：288

介绍：本书详细介绍了孕前体检的必要性，孕前做计划的重要性，最佳怀胎时机的选择，孕前身心的调整，怀孕时必需的营养，孕前饮食、用药宜忌，怀孕自我诊断，孕后的物质准备及心理调适，孕期营养的科学安排，孕期性生活宜忌，孕期母体、胎儿的变化及注意事项，每月胎教方案，孕期常见疾病的防治，分娩知识与技巧，怎样坐好月子。初生儿的养育与护理，产后常见疾病的防治，产后身材恢复与重塑等孕产常识，具有针对性强、系统全面、简明实用等特点。

说明：登录教客网（<https://www.jiaokey.com/book/detail/12263796.html>）查找全本阅读方式

孕前孕后必做的300件事 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/12263796.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/12263796.html>

书名：孕前孕后必做的300件事