

# 怀孕280天



[怀孕280天 下载链接1](#)

著者:张湖德

出版者:中国人口出版社

出版时间:2003-8-1

装帧:平装(无盘)

isbn:9787800798351

本套丛书主要依据生殖过程的三个阶段命名，即：孕前、孕中和孕后。《怀孕280天》

为您讲述有关孕前、孕中、孕后的保健问题：如何安排饮食、如何运动、如何避免不良情绪、如何进行胎教、如何谨慎用药等。这些都是您最关心的，应引起高度重视的问题。而这一切都是给准备怀孕或已经怀孕的您提供全方位的帮助。

作者介绍:

目录: 第一篇 想要孩子之前应做哪些准备

- 一 你现在适合要孩子吗
- 二 婚后急于怀孕不利于优生
- 三 怀孕的年龄与时间是否适宜
- 四 怀孕前的生理准备
- 五 怀孕前的心理准备
- 六 孕前应加强营养
- 七 常见食物营养素含量
- 八 为什么要先种疫苗后怀孕
- 九 酒和烟对怀孕的影响
- 十 哪些情况应终止妊娠
- 十一 哪些药物对男性不育有影响
- 十二 哪些疾病对怀孕有影响

.....

第二篇 如何高质量地度过280天

.....

第三篇 分娩前后的护理

.....

· · · · · (收起)

[怀孕280天 下载链接1](#)

标签

百科

成长

工具书

中国

评论

201701

这是一本对孕妇进行指导的一本类似于百科全书的指导书籍，总体来说呢，还是不错的，比较实用，虽然里边有很多互相矛盾的东西，但是看看总是好的。在当今社会平平安安生个孩子真心不容易，要注意这注意那的。好在我们家明天就要决战了，希望老婆孩子顺利平安！

-----  
[怀孕280天\\_下载链接1](#)

书评

-----  
[怀孕280天\\_下载链接1](#)