

# 靓妈咪孕产养护手册



[靓妈咪孕产养护手册\\_下载链接1](#)

著者:

出版者:中原农民出版社

出版时间:2004-2

装帧:

isbn:9787806416419

怀孕及生产是女性人生中的头等大事，如何安全、健康地度过这一特殊时期并保持女性

自身的靓丽与青春活力，对每一位孕产妈咪都显得尤为重要。

本书不同于一般的孕产类图书，而是以孕产妈咪为主角，从不孕那一天起紧紧跟踪直至生产的全过程，包括产后恢复与自我检查，全方位地给予指导与帮助，使您了解并学会孕产期生活的自我养护方法，使您轻松生产、健康美丽，拥有完整幸福的家庭。不仅适合孕产妈咪自己读，也更是适合全家人一起读的好书。

希望在每个孕妈咪身上都能看到这样的完美转变：做顺利健康生产的妈咪，更希望你如果怀孕前是辣妹，产后也能穿起短裙，当个窈窕迷人的妈咪。别让生小孩改变你太多，如果改变，也应该是让你变得更美丽。

作者介绍:

目录:

[靓妈咪孕产养护手册\\_下载链接1\\_](#)

标签

评论

-----  
[靓妈咪孕产养护手册\\_下载链接1\\_](#)

书评

-----  
[靓妈咪孕产养护手册\\_下载链接1\\_](#)