

怀孕当中宜与忌



[怀孕当中宜与忌_下载链接1](#)

著者:易磊

出版者:中医古籍出版社

出版时间:2006-3

装帧:

isbn:9787801744098

《产后肥胖怎么办》内容简介：健康、聪明、美丽，一个都不能少。怀孕了，一个人吃，两个人吸收！胎儿的生长发育完全依赖于母体供给营养，如何才能使每一位怀孕的准妈妈既能健康、美丽，又能孕育出健康、聪明的宝宝呢？

我们相信生命在于运动，但在孕育聪明宝宝的问题上，饮食扮演着重要角色，从准备怀孕、怀孕到宝宝出生，每个阶段的饮食调理都不能忽略，每一段人生经历都需要细心呵护！

本套丛书对孕妇的健康及产后肥胖等进行了全程护驾，针对孕期这一特殊时刻，原来准妈妈亲睐的很多食物或许需要回避，而原来回避食物有可能成为必须补充的营养品，对此，我们编辑了《怀孕当中宜与忌》及《孕期吃啥能优生》；针对家庭的希望与期待，我们编辑了《孕期吃啥能优生》；尽管年轻女性愿意为未来希望承载所有付出，但我们也没忘记为这份爱心奉献我们的关怀，为他们痴心不改的苗条身材，我们编辑了《产后肥胖怎么办》。可以说，本套丛书不仅是一份准妈妈呵护的手册，更是我们的一份诚挚祝福！

作者介绍:

目录:

[怀孕当中宜与忌 下载链接1](#)

标签

评论

[怀孕当中宜与忌 下载链接1](#)

书评
