

准备怀孕180天



[准备怀孕180天_下载链接1](#)

著者:邵玉芬

出版者:重庆出版集团,重庆出版社

出版时间:2013-2

装帧:

isbn:9787229059972

《她生活·孕育书系:准备怀孕180天》旨在让每个孩子拥有人生的最佳开端！把优生、优生、优育、优教的知识送进千家万户。夫妻双方都拥有健康的体魄，只是孕育优质宝宝的基础身理条件。有不少夫妻，他们有的对怀孕持反对或排斥心理；有的觉得婚姻生活并不

幸福，只是想通过生个孩子来维系婚姻；有的夫妻经济压力大，妻子在孕前和孕期终日惶恐不安、情绪十分低落……这些不健康的心理会严重影响胎儿发育。夫妻双方一定要做好充分的心理准备，能够在喜悦、幸福的心情之中，静待宝宝的诞生。

《她生活·孕育书系:准备怀孕180天》分别从优生优孕知识、孕前身体检查、孕前身体疾病治疗、孕前营养积累、生活规律调节、孕前运动健身六个方面提倡备孕夫妻被身体状态调节到最佳状态。内容深入浅出，由专业的产科医生为您全程指导180天的备孕期。

作者介绍:

目录:

[准备怀孕180天_下载链接1](#)

标签

育儿

生活

孕

@中关村图书大厦

2013

评论

网络知识大集合。。。

还不错。挺细致的一本书，以后准备怀孕时要好好再读一遍。

[准备怀孕180天_下载链接1_](#)

书评

[准备怀孕180天_下载链接1_](#)