

孕期百科



[孕期百科_下载链接1](#)

著者:宝宝树

出版者:浙江文艺出版社

出版时间:2017-4-1

装帧:平装

isbn:9787533948177

《孕期百科》以周为单位，设计出准妈妈每周必知的版块内容，有“每周胎儿发育、致准爸妈的话、产检提示、产检项目精读、孕期保健、每周膳食建议以及小食堂”，每一

个小板块的实用性都很强。将40周孕期中准妈妈在每个孕周需要注意的各种问题，包括产检项目了解、饮食营养、疾病防治以及临产注意事项做出专业性指导。书中也分阶段地将准爸爸需要参与和了解的内容添加了进去。

这本书将帮助中国妈妈度过一个安心、健康的孕期。

作者介绍:

宝宝树是中国母婴与家庭服务领军企业，此次诚邀并组建妇产科专家团队为本书编撰内容，旨在为备孕及孕期中为准妈妈们提供最前沿、最专业的资讯。让年轻的中国妈妈们更好地享受孕育中的家庭生活。

目录: 1周／精子与卵子的恋爱
2周／进入排卵期
3周／胎儿还是一个受精卵
4周／宝宝“入宫”啦
5周／开始早孕反应
6周／胎儿开始心跳
7周／胎儿做出第一个动作
8周／做一次B超检查
9周／胎儿的尾巴消失啦
10周／让胎儿与你一起快乐成长
11周／有一点孕妇的模样了
12周／建档啦
13周／Goodbye，早孕反应
14周／妊娠纹请走开
15周／宝宝的性别不重要
16周／唐筛检查，你不必不安
17周／听见体内的小马在奔腾
18周／胎动，和宝宝的第一次亲密接触
19周／腰酸背痛，怎么办
20周／大排畸检查来啦
21周／我不要得妊高征
22周／开始变得笨拙
23周／痒痒痒
24周／对糖妈妈说say no
25周／胎儿喜欢甜食
26周／流鼻血还不够，刷牙也出血
27周／胖还是肿
28周／进入孕晚期
29周／胎动减少
30周／开始每两周做一次产检
31周／身体越发沉重
32周／胎儿生殖器发育接近成熟
33周／胎儿为分娩做准备
34周／水肿更需要多喝水
35周／母乳喂养，从现在就开始准备
36周／开始每周做一次产检
37周／胎儿足月啦
38周／胎儿随时都会出生
39周／即将告别孕期
40周／卸货啦

索引
· · · · · (收起)

[孕期百科_下载链接1](#)

标签

怀孕

生活

的

备孕怀孕育儿

评论

虽然每个周的内容很详细，但是文中相关数值与医院给出的建议完全不一样，比如28周之后开始数胎动，至少要35或者36周的时候才会胎动减少，本书第29周标题就是胎动减少。众所周知，孕晚期的胎动十分重要，会导致读者困惑。这只是其中一个数值解释偏差。要是只看书中餐饮搭配，真的不值88元这个价格。下个APP足矣。

算是读完啦，每周都把相应的这周和后两周看一下，陪伴了我几乎整个孕期，里面食谱的基本都没看，其他的部分都看了，还是挺扫盲的。不过产检的项目和我产检的都不一样。

201911，一个没有结婚没有恋爱的单身狗为什么会把这个看完

里面的菜谱不错，提前为生宝宝做准备！希望顺产。

每周的情况都写的很详细，还有对应的食谱，非常贴心。缺点有一点那就是，如果严格按照书里的周数进行产检可能很多时间和医院建议的产检时间都不太符合。

增长一些没关注过的内容，顺便帮家人寻找孕期菜谱。

扫盲书

不错，比较全面

有用

翻完

以周为单位解释每周宝宝的变化，妈妈的注意事项，实用性较强。

#读书.04月.05.34#2018年4月17日，看毕《孕期百科》。看这书的心情，就是买了很久的保健品要过期了，不吃吧可惜钱，于是赶紧着在过期前吃掉。很好的书，不管是内容还是装帧都好，封面摸着就舒服。因为是宝宝树APP的衍生品，所以很多有用的经验。按照怀孕的44周来说，对每周胎儿的发育情况，准妈妈准爸爸要注意的事宜，产检的项目与注意事项，这一周的特别关注和营养补充，最后是这周的建议食谱。很详细，对于小白们很有用，因为人之所以惊慌，不是源于困难，而是源于未知。看完了以后，发现还是有很多没做好，很多可以做得更好，但是哀叹于倔强，只能如此。

简单明了，通俗易懂。孕期买这么一本就够了。

先对怀孕全过程有一个初步的认识，等怀孕了，可以对照着每个阶段再仔细研读。

嗯……满足了一下自己的好奇心

[孕期百科_下载链接1](#)

书评

[孕期百科_下载链接1](#)