

新编孕产妇营养保健一本通



[新编孕产妇营养保健一本通_下载链接1_](#)

著者:任英梅

出版者:

出版时间:2008-5

装帧:

isbn:9787807532248

《新编孕产妇营养保健一本通(图文双色版)》主要内容：科学的饮食是保证人体健康的

物质基础，对于孕产妇来说，其生理上发生了较大的变化，具有与平时不同的体质特点，因此饮食营养就显得尤为重要。它不但关系到孕产妇自身的健康，而且直接影响到胎儿和新生儿的生长发育。

《新编孕产妇营养保健一本通(图文双色版)》紧紧围绕孕产妇不同阶段的营养需求，系统讲述了补充五大营养素，即蛋白质、脂肪、碳水化合物、各种矿物质及维生素等各种营养需求和相应食谱，不同孕周的营养需求和相应食谱，孕期及产后常见疾病的食疗食谱等。在注重孕产妇各种营养物质合理摄入的同时，也注重了孕产妇对食物色、香、味的心理满足。

全书内容翔实，旨在方便孕产妇根据不同时期及自身的个体差异选择合理的营养饮食，及时调整饮食结构来补充所需营养，达到平衡膳食、母婴安康的目的，从而保证孕产妇和宝宝的健康。

作者介绍:

目录:

[新编孕产妇营养保健一本通_下载链接1_](#)

标签

评论

[新编孕产妇营养保健一本通_下载链接1_](#)

书评

[新编孕产妇营养保健一本通_下载链接1_](#)