

# 怀孕每天一页



[怀孕每天一页\\_下载链接1](#)

著者:优生优育专家组

出版者:中国人口

出版时间:2010-6

装帧:

isbn:9787510104046

《怀孕每天一页(畅销全彩版)》内容简介：我们的一切努力，都是为了宝宝的聪明和健康！每天一天一步轻松掌握孕产保健要领；每周实时了解孕程进展和注意事项；每月专家进行保健指导和营养指导；每时无论是大事小事，“孕事随笔”随时记录。日后翻阅回味无穷！

另一半 无论他粗心细心，“告诉准爸爸”都会让他成为超级好爸爸！

作者介绍:

目录: 第1月 拉开生命的序幕 第1天 孕1月专家指导 第2天 本月孕程——宝宝第3周着床 第3天 作好准备再开始 第4天 孕前检查是一道命令 第5天 孕前遗传咨询也重要 第6天 补充营养从饮食习惯开始 告诉准爸爸 给予更多的理解和爱 第7天 孕前营养重点 第8天 远离有害物质 第9天 孕前疫苗接种方案 第10天 学会推算排卵日 第11天 把握受孕的最佳时机 告诉准爸爸 不要特别关注宝宝的性别 第12天 避开9大受孕雷区(一) 第13天 避开9大受孕雷区(二) 第14天 今天 是排卵的日子 第15天 避开人体低潮期受孕

第16天 成功受孕的有效措施 第17天 宝宝性别是如何决定的 第18天 宝宝血型是如何决定的 第19天 宝宝生日是哪天： 计算预产期 第20天 妊娠时间及孕期阶段划分 第21天 (生命的序幕，今天 拉开 第22天 宝宝哪里会像你 告诉准爸爸 男性也要多学习孕产知识 第23天 宝宝有十怕，妈妈早知道 第24天 大龄怀孕不必怕 第25天 孕妈妈必须知道的数字 第26天 孕妈妈用电脑真的安全吗 第27天 胎教，你不得不学的知识 第28天 奇迹，斯瑟蒂克胎教第2个月 勇敢地面对“害喜” 第29天 孕2月专家指导 第30天 本月孕程——宝宝像只小海马 第31天 孕2月营养关注 第32天 验孕方法早知道 第33天 怀孕日记：给宝宝的特殊礼物 第34天 烦恼并幸福着的怀孕征兆 第35天 孕吐可以轻松面对 第36天 巧吃水果多健康 第37天 不可闹“情绪” 第38天 早孕反应正确应对 告诉准爸爸 孕早期；准爸爸要下厨房 第39天 孕初期出血不是小事 第40天 孕期用药十大铁律 第41天 孕期忌用中西药盘点 第42天 解除感冒的困扰 第43天 做好孕期口腔保健 告诉准爸爸 处处关心谨防流产 第44天 孕早期准妈妈美丽计划 第45天 化妆品得“割爱”了 第46天 孕妈妈美美地睡个觉 第47天 洗澡不再是随意的事 第48天 孕早期营养原则 第49天 豆类食品让宝宝更聪明 第50天 孕早期流产不可不防 第51天 安胎药物知多少 告诉准爸爸 你的臂膀是她最踏实的依靠 第52天 孕妈妈的“性”福生活 第53天 孕妈妈的夏季保健守则 第54天 孕妈妈的冬季保健守则 第55天 关于胎教的三个基本问题 第56天 孕早期开始胎教 ……第3个月 欣喜中的小心翼翼第4个月 进入安全期第5个月 与宝宝快乐互动第6个月 “孕”味十足第7个月 孕期不适从容应对第8个月 等待让为忐忑不安第9个月 快和宝宝见面了第10个月 迎接宝宝的到来  
· · · · · (收起)

[怀孕每天一页 下载链接1](#)

## 标签

怀孕

孕期指导

育儿

孕产

中国

## 评论

孕晚期写的好一些，其他还是比较大众。

以怀孕日程写每一天应注意和学习的孕产知识，不一定完全对应这一天的成长进度，内容也每一天涉及的不同，还是标记了一些书签。

打嗝、见红、阵痛、巧克力；孕晚期叶酸；爬行练习；随时待命；120描述地址楼层标志建筑、情况休息体位不继续走动；少吃多餐；隐藏焦虑。

挺不错的书。一天一页的理念挺适合读书少的人的，虽然我是连续读完的。书中设计的内容很全面，考虑的挺周到，也很实用。

18 还可以的

建立孕期清单并发送给伴侣保存，让他也参与进来很有必要。

[怀孕每天一页\\_下载链接1](#)

## 书评

[怀孕每天一页\\_下载链接1](#)