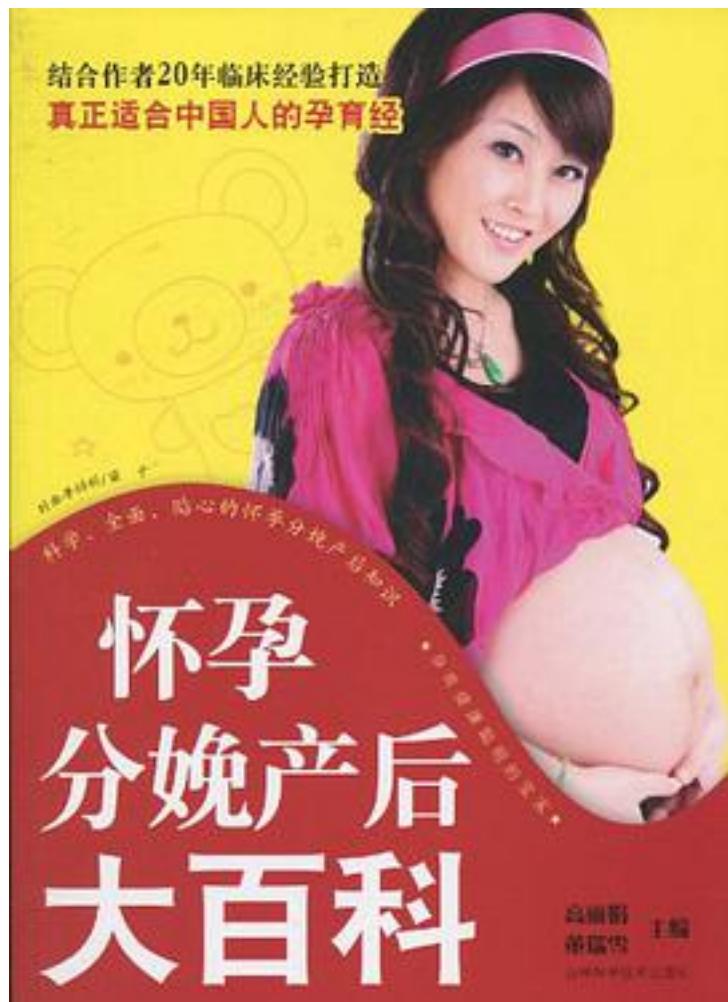


# 怀孕分娩产后大百科



[怀孕分娩产后大百科 下载链接1](#)

著者:

出版者:

出版时间:2010-6

装帧:

isbn:9787538447323

《怀孕分娩产后大百科》内容简介：我每天要面对一百多位孕妈妈，通过和她们的接触和健康咨询，我发现每一位年轻的孕妈妈，都会遇到属于她们自己的困惑与孕育烦恼，

当我不断地为她们解决日趋更新的孕育难题时，我开始意识到她们需要一些真正适用的、更快捷、更系统的孕育知识。因此我萌发了给孕妈妈们编写一本怀孕、分娩、产后保健的百科全书的想法。

孕育生命本来是个自然、美好、幸福的过程，但是由于绝大部分孕妈妈都缺乏孕育知识，所以让整个孕期变得忧心忡忡。在此，我希望每一位准备要宝宝的准爸爸、准妈妈，认真做好孕育知识的储备，用科学捍卫健康，用快乐的心情孕育宝宝，用你们的自律，作为献给宝宝的最好的礼物。

作者介绍:

目录:

[怀孕分娩产后大百科 下载链接1](#)

标签

评论

从怀孕8个月开始，胎儿的身体长得特别快，胎儿的体重通常主要是在这个时期增加的。

主要特点为大脑、骨骼、血管、肌肉都在此时完全形成，各个脏器官发育成熟，皮肤逐渐坚韧，皮下脂肪增多。

如果孕妈妈营养摄入过多，就会使胎儿长得太大，出生时造成难产。所以一定要合理地安排此期孕妈妈的饮食。饮食要以量少多样为主。

一般采取少吃多餐的方式进餐，要适当控制进食的数量，特别是高蛋白、高脂肪食物，如果此时不加限制，过多地吃这类食品，会使胎儿生长过大，给分娩带来一定困难。

选体积小、营养高的食物

如动物性食品，避免吃体积大、营养价值低的食物，如土豆、红薯，以减轻胃部的涨满感。

[怀孕分娩产后大百科 下载链接1](#)

书评

[怀孕分娩产后大百科 下载链接1](#)