

# 完美十月怀胎大百科



[完美十月怀胎大百科 下载链接1](#)

著者:何雅芳

出版者:河北科技

出版时间:2010-7

装帧:

isbn:9787537527705

《完美十月怀胎大百科(全面升级版)》为你揭示健康、快乐怀孕学的秘诀为你提供天才宝宝的孕育方法把最新孕产保健知识带回家让你的孕期生活无比幸福甜蜜助你培育一个

健康聪明的宝宝。科学权威优生专家+妇幼保健专家，为你指点迷津、内容全面你想知道的+你不知道的，尽在书中、通俗易懂通俗易懂的语言+精美的图片，让你一目了然、简单实用科学的优生方法，让你一学就会。

作者介绍：

目录: Part 01 预约一个健康的宝宝 制订一个完美的孕育计划 相互商量要不要孩子  
做好怀孕的心理准备 在最佳生育年龄怀孕 做一个简单的孕期规划 孕前遗传咨询  
遗传咨询的目的 遗传的基本规律 重点进行遗传咨询的人群 遗传与智商 孕前检查  
孕前检查的时间 孕前检查的主要内容 孕前常规检查项目 孕前特殊检查项目  
孕前女性应做好的准备 科学安排生活 加强经期卫生 孕前可以进行的预防接种  
加强自我心理调节 将体重调整到最佳状态 孕前的饮食原则 补充叶酸  
孕前男性应做好的准备 准爸爸是优生的男主角 保护男性生育能力的12个特别提示  
增强精子活力的食物 精子含量低也要补充叶酸 选择生男生女 胎儿的性别由什么决定  
生男孩的方法 生女孩的方法 Part 02 怀孕1个月 Part 03 怀孕2个月 Part 04 怀孕3个月 Part  
05 怀孕4个月 Part 06 怀孕5个月 Part 07 怀孕6个月 Part 08 怀孕7个月 Part 09  
怀孕8个月 Part 010 怀孕9个月 Part 011 怀孕10个月 Part 012 轻松分娩与产后保健  
· · · · · (收起)

[完美十月怀胎大百科](#) [下载链接1](#)

标签

评论

有些真的对不对，教人做瑜伽做盘，可是医生不是做不要打坐么？

[完美十月怀胎大百科](#) [下载链接1](#)

书评

[完美十月怀胎大百科 下载链接1](#)