0 至 **3** 個月

文章

「坐月」**7**大宜忌

除了為寶寶計劃，孕媽咪都要為自己做好準備。生產後第一個月需要留在家「坐月」，整個月不能出門，事先為「坐月」做好準備，自然「坐」得安心又放心，可以參考以下配合中西醫學的建議。

1 min to read

[illegible]checklist

- [illegible]
  [illegible]

- [illegible]
  [illegible]

- [illegible]
  [illegible]

- [illegible]
  [illegible]12 [illegible]

- [illegible]
  [illegible]Bra[illegible]

- [illegible]
  [illegible]DHA[illegible]

- [illegible]
  [illegible]

雀巢心得精華

想知道更多各育兒階段會遇到的情況及應對方法，歡迎加入雀巢防敏媽媽會，可申請首1000天產品體驗，更可免費獲取更多懷孕及育兒小錦囊!