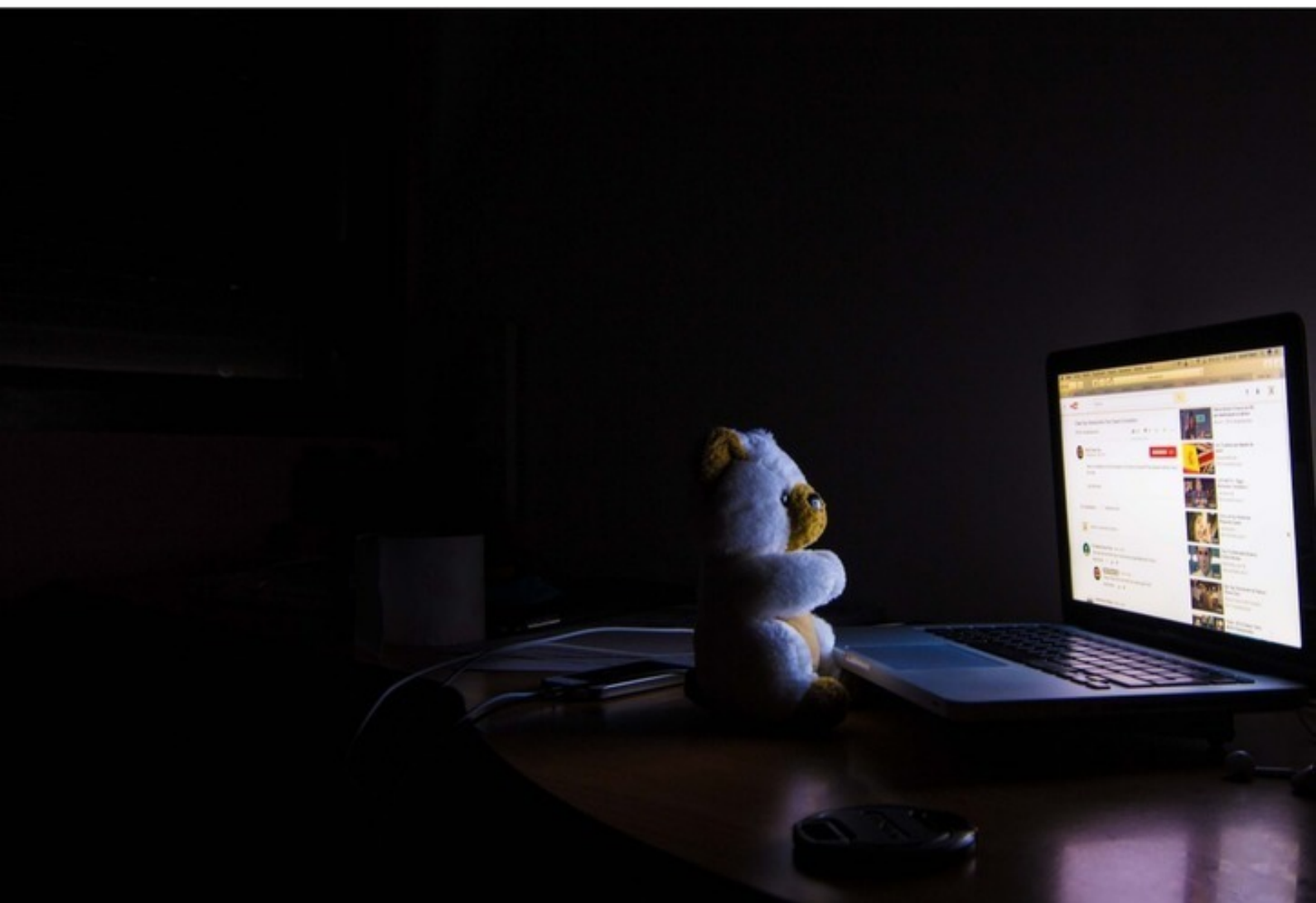


Алексей Мичман

# *Бессоница при беременности: что делать?*



Алексей Мичман

**Бессоница при  
беременности: что делать?**

«Издательские решения»

**Мичман А.**

Бессоница при беременности: что делать? / А. Мичман —  
«Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-859826-5

Что делать, ведь беременность — это величайший дар природы, удивительная пора в жизни любой женщины, которая не должна омрачаться бессонницей, так как будущая мама тесно взаимосвязана физиологическими и психологическими узами с будущим ребенком.

ISBN 978-5-44-859826-5

© Мичман А.  
© Издательские решения

# Содержание

Бессоница при беременности: что делать?	6
Конец ознакомительного фрагмента.	7

# **Бессоница при беременности: что делать?**

**Алексей Мичман**

© Алексей Мичман, 2019

ISBN 978-5-4485-9826-5

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

## **Бессонница при беременности: что делать?**

Что делать, ведь беременность – это величайший дар природы, удивительная пора в жизни любой женщины, которая не должна омрачаться бессонницей, так как будущая мама тесно взаимосвязана физиологическими и психологическими узами с будущим ребенком.

Поэтому, для успешного развития плода беременной женщине во время сна необходимо восполнить потраченные днем запасы энергии, нормализовать психику, дать возможность себе и ребенку полноценно отдохнуть в ночное время.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.