

<<女孩版-青春期自我保健>>

图书基本信息

书名：<<女孩版-青春期自我保健>>

13位ISBN编号：9787227031659

10位ISBN编号：7227031659

出版时间：2006-5

出版时间：宁夏人民出版社

作者：马梅英

页数：153

字数：120000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<女孩版-青春期自我保健>>

内容概要

本书分为生理篇、心理篇、生活篇、成长篇、疾病预防篇，通过问答的形式全面、系统地介绍了女孩在青春期或未来生活中必须懂得的与自身健康有关的医学常识，使广大青春期女孩学会科学地保护自己，健康、平安、愉快的成长。

<<女孩版-青春期自我保健>>

书籍目录

- 生理篇 什么是青春期？
青春期有什么生理特点？
青春期生殖器官有什么变化？
卵巢是怎样进行周期性变化的？
处女膜是怎么回事？
女性生殖器官有哪些自我保护功能？
你知道女性一生各个时期的生理特点吗？
女性体内有几种性激素？
如何度过青春期？
月经是怎么回事？
什么是月经初潮？
什么是月经周期？
月经易受哪些因素影响？
月经期有哪些正常的生理反应？
如何计算月经周期？
正常月经出血量大约是多少？
月经期日常生活需注意哪些问题？
如何消除经期异味？
与月经周期有关的皮肤病有哪些？
生理性停经有哪几种？
月经期间有哪些特殊的生理现象？
为何有的女孩月经初潮来得晚？
月经初潮过晚是好事吗？
月经来得早，绝经也早，这话对吗？
为什么刚来月经不按时？
什么是月经病？
常见的月经病有哪些？
引发月经病的原因有哪些？
什么是月经期偏头痛？
青春期乳房为何胀痛？
经前期为何乳房胀痛？
月经期如何保健？
月经期鼻子出血是病吗？
……心理篇生活篇成长篇疾病防预篇参考文献

<<女孩版-青春期自我保健>>

编辑推荐

青春期，一个美好而关键、困惑而敏感的时期，是一个人求知欲最强、记忆力最好、思维最活跃的时期。

本书从关爱女孩健康成长的角度出发，采用问答的形式，介绍了女孩在青春期和未来生活中必须懂得的与自身健康有关的医学常识，内容包括生理篇、心理篇、生活篇、成长篇、疾病预防篇。

本书重视实用性、科学性，条理清楚，文字深入浅出，内容通俗易懂，目的是使青春期女孩了解自身生理、心理的微妙变化，克服性知识方面的盲区，摆脱青春期的迷惘，科学地保护自己，更健康、更愉快、更平安地成长。

<<女孩版-青春期自我保健>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>