

<<好孕优生钻石系列>>

图书基本信息

书名：<<好孕优生钻石系列>>

13位ISBN编号：9787506486040

10位ISBN编号：7506486040

出版时间：2012-7

出版时间：中国纺织出版社

作者：王琪

页数：320

字数：350000

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>

<<好孕优生钻石系列>>

内容概要

很多人说一个女性只有经历了恋爱、婚姻、怀孕、分娩、做母亲这一过程，才算是拥有了一个完整的人生，才称得上是一个完整而成熟的女性。
真的是这样吗？

主题围绕着当代年轻人结婚前需要做的心理准备、物质准备、身体准备等各方面展开，内容涉及到了准备结婚到确定结婚，结婚准备及婚礼现场，再到婚后生活、求子备孕等过程中出现的每一个细节问题。

帮助年轻人做好结婚的准备、勇敢迈进婚姻的殿堂，为孕育宝宝做好准备。

<<好孕优生钻石系列>>

作者简介

王琪，北京妇产医院主任医师、教授。
国家“十五”科研攻关项目负责人。
北京市孕产期保健技术专家指导组成员。
北京市朝阳区危重孕产妇及高危围产儿救治网络专家。
中华医学会、北京医学会医疗事故鉴定专家库成员。
全国妊娠高血压疾病学组成员。

<<好孕优生钻石系列>>

书籍目录

婚姻的真谛

第一章 结婚，你们准备好了吗？

——问自己

全面正视你未来的婚姻

直面婚前恐惧症

不要选择错误的结婚理由

结婚之前要商谈的五件事

聪明看婚姻 清醒一颗心

第二章 谈婚论嫁开始啦——问他人

掌握最时尚的求婚技巧

拜见双亲有讲究

通知同事、朋友

举行订婚仪式

婚房、家具的置办与装饰

第三章 婚前检查不能少——问医生

婚前检查的必要性

对婚前检查的认识误区

做好婚检前的准备工作

婚前检查的主要内容

婚检中哪些人不宜婚育

第四章 婚前保健你知我知——问科学

认识男性的生殖器官

认识女性的生殖器官

不要忽视小小的包皮

男性易患的生殖器官疾病

女性要学会呵护自己

女性易患的生殖器官疾病

第五章 登记注册程序很严肃——问法律

我国最新的婚姻法规

婚前财产公证审慎而行

顺利办理结婚证

第六章 为出色的婚礼而筹备——问创意

确定婚礼日期

婚宴准备及婚礼预算

选择婚庆公司

婚纱及礼服的选择

婚纱照的完美拍摄

如何挑选珠宝首饰

婚礼其他重要物品的选购

如何发放喜帖请柬

挑选合适的司仪

如何选择摄影及摄像师

选择伴郎、伴娘

其他重要人物

第七章 梦幻的盛大婚礼——问气氛

<<好孕优生钻石系列>>

盛大婚礼的最后准备

新郎进门娶新娘

新郎娶得美人归

去酒店举行结婚仪式

户外婚礼的简单流程

愉快的婚宴进行时

休息 准备晚宴

欢欢喜喜闹洞房

第八章 春宵一刻值千金——问洞房

初涉爱河 营造气氛

学习夫妻性爱的基本功

新婚之夜的卫生准备

了解人类的性反应周期

正确看待处女膜

性生活意外的处理办法

新婚之夜应恰当避孕

第九章 朝朝暮暮郎情妾意——问蜜月

蜜月旅行地点的选择

蜜月旅程巧安排

蜜月旅行的安全防范

摆脱蜜月旅行的“天敌”

蜜月期性生活的禁忌

当心“蜜月病”来袭

新郎须防“蜜月前列腺炎”

热水浴后不要马上同房

性生活后不喝冷水及洗冷水澡

性生活时突然中断不可取

性生活持续多久最完美

怎样掌握好蜜月性频度

蜜月期需要安全避孕

不宜服用避孕药的新娘

蜜月期新郎的饮食调养

蜜月期新娘的饮食方案

新娘服避孕药更需合理饮食

助性食物可适当多吃

滋阴强肾食疗方

益气补血食疗方

完美蜜月后的小插曲

第十章 防微杜渐婚姻问题——问恶习

蜜月过后的身心调适

顺利度过新婚“磨合期”

处理好第一次争吵

无端猜疑是夫妻大忌

婚后女人应适当收起“童心”

别做令丈夫反感的妻子

别做让妻子讨厌的丈夫

因为懂你 所以爱你

<<好孕优生钻石系列>>

第十一章 爱情保鲜有秘方——问相处

注意仪表 让妻子赏心悦目
保持魅力 博得丈夫的爱恋
宽容一些 给爱情留出空间
温柔一点 让爱更甜蜜
不要吝啬你的赞美
掌握沟通这门艺术
婚姻需要“亲密无间”
处理好与双方父母的关系
夫妻之间要做到心灵相容
掌握爱情更新的秘诀
周末情感交流与性生活给婚姻改头换面
夫妻之间让爱多点甜蜜

第十二章 为预约宝宝而准备——问孕育

婚后何时怀孕最佳
受孕须具备哪些条件
不宜怀孕的几种情况
进行必要的孕前检查
怀孕计划倒计时
遗传咨询不能省略
孕前要保持乐观的情绪
为备孕积极提高身体素质
孕前要注意养肾
备孕期间的经期健康
远离环境中的有害物质
营造舒适的居家环境
纠正不良的生活习惯
孕前科学补充叶酸
适量补充维生素更易受孕
孕前要摄取均衡的营养
备孕男性的饮食原则
备孕女性应尽量远离的食物
男性应慎吃“杀精”食物
和谐的性生活有利于优生
选择最佳的受孕月份
选择最佳的受孕时间
推算自己的排卵日
遭遇不孕不育怎么办
男性不育与哪些因素有关
易致男性不育的生活因素
引发女性不孕的原因
不孕不育的家庭辅助治疗
轻松分辨假性怀孕
怀孕的各种“征兆”
恭喜你们怀孕了！

怀孕了，要提前了解的要点

<<好孕优生钻石系列>>

怀孕了，要科学安胎

异常怀孕的种类和应对法

十月怀胎，透透看

怀胎十月身体变化图

附录一 最个性的婚礼 最别样的浪漫

附录二 婚礼周年纪念别称

<<好孕优生钻石系列>>

章节摘录

版权页：插图：然而，每个房间又都是各有主人的，每个人都有自己的个性，每个家庭也各有特点，经过每个人精心布置的住所，自然也不会完全一样。

居者都有其屋，但屋与屋在美化上又各有千秋。

一对新人能走到一起，说明他们除了彼此相爱外，还是志同道合的。

新房是两人理想、爱好、情趣方面的镜子，这面镜子应当反映双方对美的共同渴望、对爱的追求和真情实意。

用色彩点缀房间的美感色彩是组成特色婚房必不可少的一个条件。

如果能在婚房的色彩选择上做到科学合理，可以使婚房满屋生辉，温馨无比。

一般来说，浅亮的色彩能够给人一种开阔感，使居室在视觉上显得更加宽阔；鲜亮的色彩在强烈的光线下会显得更加生机勃勃。

暖色可以补偿光线的不足，具有前进、膨胀感，将暖而明亮的颜色用于狭小的房间，空间就会产生“扩大”的感觉。

通常来说，居家房间的色彩最好选择以宁静悦目的中性浅色为基调，可以给人一种安静、平和、舒适的感觉。

以下是我们为您提供的房间布置配色方法：客厅：客厅具有休息、接待宾客和娱乐等多种功能，来往的人比较多，人在其间停留的时间比较长，因此客厅的色调应该明朗欢快一些。

但如果使用太强烈刺激的色彩，又会显得俗气，缺乏品位。

因此，客厅一般以白色为主调，但局部可以使用一些纯度比较高的颜色，如粉色等。

卧室：作为休息的场所，卧室的色调应以温馨和宁静为前提，色彩最好偏暖、柔和一些，有利于睡眠。

如果卧室中的家具颜色重，墙面颜色就要淡雅；若家具颜色浅，墙面就要选择与家具对比强烈的色彩，互相衬托。

餐厅：明亮洁净的色彩会令餐厅显得透亮、清洁，所以餐厅多选择明快洁净，并且能够刺激人食欲的色彩，如橘黄色，应尽量避免令人没有胃口的灰、芥末黄、紫或青绿色等。

书房：作为阅读和学习的地方，书房的色调应以淡雅、庄重、和谐为主，这样才有利于安心学习，并保持冷静的头脑。

棕色、金色、绛紫色或天然本色最合适，能给人一种温和舒服的感觉。

如果再用少许绿色做点缀，就更令人觉得放松了。

<<好孕优生钻石系列>>

编辑推荐

<<好孕优生钻石系列>>

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>