

<<乳房保健与乳腺疾病防治335问>>

图书基本信息

书名：<<乳房保健与乳腺疾病防治335问>>

13位ISBN编号：9787508249032

10位ISBN编号：7508249038

出版时间：2008-3

出版时间：金盾出版社

作者：王哲元

页数：362

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>

<<乳房保健与乳腺疾病防治335>>

内容概要

本书分为乳房保健知识、乳房基础知识、乳房青春期保健、乳腺疾病自我防治、母乳喂养双赢、乳腺良性疾病防治、乳腺癌防治七个部分，其内容丰富，科学实用，适合大众读者和基层医师阅读。

<<乳房保健与乳腺疾病防治335>>

书籍目录

一、乳房保健知识 1. 为什么说女性乳房是人类美丽的“天使”？

2. 健美乳房的标准是什么？

如何达到这些标准？

3. 成年女性定时按摩乳房是保持乳房丰满的重要手段吗？

4. 不同形态的乳房怎样才能变成健美的乳房？

5. 日常生活中如何保护乳房不受伤害？

6. 伏案工作的女性如何呵护自己的乳房？

7. 丈夫如何呵护妻子的乳房？

8. 为什么好心情是预防乳腺疾病的最佳保证？

9. 良好的社交活动可以预防乳腺疾病吗？

10. 女教师为什么是乳腺疾病的易发人群？

她们应如何呵护自己的乳房？

11. 你知道用木梳“梳乳”是可以健美乳房的吗？

12. 单身女性为什么易患乳腺疾病？

13. 乳头为什么不能任意去挤？

14. “讳疾忌医”为什么是乳腺疾病防治的大敌？

15. 成年女性如何选择胸罩？

16. 胸罩佩戴不当对人体有哪些危害？

17. 胸罩佩戴不当可引起哪些乳腺疾病？

18. 为什么胸罩佩戴不当可以引起颈椎病？

19. 哺乳期为什么要坚持佩戴胸罩？

20. 中老年女性佩戴胸罩有什么好处？

21. 为什么提倡女性一生都要佩戴胸罩？

22. 如何从日本女性对佩戴胸罩观念的更新看待佩戴胸罩的重要性？

23. 你知道什么是隐形胸罩吗？

佩戴隐形胸罩应该注意什么问题？

24. 国外新发明的特殊胸罩有哪几种？

25. “胸罩颗粒”是什么？

对乳房有什么危害？

26. 如何做好成年女性的乳房保健？

27. 中老年女性乳房保健应该注意哪些问题？

28. 如何做好妊娠期的乳房保健？

29. 哺乳期如何进行乳房保健？

30. 为什么不宜用香皂清洗乳房？

31. 束身内衣会对女性乳房带来哪些危害？

32. 药物丰乳对乳腺有哪些危害？

33. 为什么要重视乳腺疾病的防治工作？

34. 为什么说女性乳房疾病是现代病？

35. 在乳腺疾病防治中会有哪些误区？

36. 怎样才能预防乳腺疾病的发生？

二、乳房基础知识三、乳房青春期保健四、乳腺疾病自我防治五、母乳喂养双赢六、乳腺良性疾病防治七、乳腺癌的防治

章节摘录

一、乳房保健知识7·丈夫如何呵护妻子的乳房？

丈夫对妻子乳房的呵护是十分重要的，但如何去呵护，并不是每个丈夫都能了解，以下几点可帮助丈夫着手呵护妻子的乳房。

(1) 观察妻子乳房有无变化：在门诊经常听到女性病人讲述自己乳房肿瘤是其爱人发现的。

从关爱自己妻子角度出发，只要丈夫仔细触摸妻子的乳房，就可以发现许多乳房疾病的征兆，并敦促妻子及时去就医。

结婚以后，丈夫是最先接触妻子乳房的人，从妻子年轻健康的乳房起，随着年龄的增长及不同时期的变化，细心的丈夫是会有一定察觉的。

所以，平日里丈夫细心地观察、呵护妻子的乳房是十分重要的。

(2) 抚摸妻子乳房要轻柔：女性乳房是比较敏感的性附属器官，过夫妻生活之前，丈夫对妻子乳房进行抚摸可使妻子性高潮到来，可以做到夫妻性生活的和谐，也会降低妻子乳房以后患病的几率。

性生活后，丈夫应该继续对妻子乳房进行抚摸和轻轻按揉，此时妻子的乳房充血和血液回流加速，使复旧加快进行，妻子因性生活引起的乳房胀痛亦可减小到最低限度。

因而可使乳房“淤滞状态”减轻，减少乳房增生性疾病。

如果丈夫用手粗暴地抓捏妻子的乳房，就会损伤乳房内的脂肪组织或腺体组织，甚至细小的血管。

在上述组织损伤的基础上，就可以激惹雌激素对局部损伤组织的刺激，从而导致乳腺疾病的发生。

做丈夫的必须记住这一点。

(3) 敦促妻子去医院定期做乳房检查：一旦发现有病变出现，要及时就医。

笔者在门诊常遇到这样的情况，有些女性乳房内长了良性肿瘤，手术指征很明显，但有的人忌讳手术治疗，其中一个缘由就是自己丈夫不同意手术，怕“乳房破了相”。

为此，我们奉劝丈夫，妻子乳房必须要手术时，应该积极支持她们去医院尽快手术治疗，不要“因小失大”。

否则，将会给妻子和家庭带来严重的不良后果。

(4) 妻子做乳腺癌根治手术后：丈夫应该对妻子更体贴和关爱。

妻子做了较大的手术，其心理压力和精神创伤是很大的，丈夫此时此刻应该倍加关心，使妻子从疾病的阴影中解脱出来，尽快地得到康复。

<<乳房保健与乳腺疾病防治335>>

编辑推荐

《乳房保健与乳腺疾病防治335问》分别对读者非常关注的乳房保健和乳腺疾病防治的335个问题，予以科学而翔实的解答。

健美乳房的标准是什么？

如何达到这些标准？

成年女性定时按摩乳房是保持乳房丰满的重要手段吗？

不同形态的乳房怎样才能变成健美的乳房？

日常生活中如何保护乳房不受伤害？

伏案工作的女性如何呵护自己的乳房？

丈夫如何呵护妻子的乳房？

为什么好心情是预防乳腺疾病的最佳保证？

良好的社交活动可以预防乳腺疾病吗？

女教师为什么是乳腺疾病的易发人群？

她们应如何呵护自己的乳房？

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>