

<<女性常见病防治必读>>

图书基本信息

书名：<<女性常见病防治必读>>

13位ISBN编号：9787509129890

10位ISBN编号：7509129893

出版时间：2009-11

出版时间：人民军医出版社

作者：邵守进

页数：153

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>

<<女性常见病防治必读>>

内容概要

无论世事如何变幻，时代如何变迁，人们对健康的孜孜追求亘古不变。

能够真正获得健康始终是每个人最由衷的愿望。

如今，随着物质条件的不断改善，人们对健康的追求也越来越高。

人们不仅希望自己能有好身体，也更加关注好的心态；不仅努力进行着健康实践，也在不断修正健康理念。

总而言之，人们迫切需要一个能方便快捷地获取大量权威健康信息的途径。

传统出版业在完成了从“铅与火”到“光与电”的革命，迎来了数字化的浪潮，这将给人们的生活带来更加深刻的变化。

人民军医出版社出版健康科普类图书最多，并引领健康科普图书数字出版之先，在国庆60周年之际，为大众奉献了一套（42种）精、美、全的数字图书。

每种数字图书分别囊括了该社精选的10本左右纸质书（这些书里有不少是当下的畅销书），将大约200万字融于一盘，并提供四大数据库供读者深度阅读，内容涉及常见病的预防保健、孕产保健、婴幼儿养护、性健康保健等诸多方面，为读者打开了一扇通向健康的大门。

<<女性常见病防治必读>>

书籍目录

- 一、“主题阅读卡”精选书目 1《女性常见病对照手册》 2《女性健康红绿灯》 3《女性常见病饮食调治》 4《医学专家解读：女性》 5《医学专家解读：女性十大性困惑》 6《摆脱围绝经期烦恼》 7《解除痛经困扰》 8《经前快乐6要素》 9《月经病防治与调养》 10《女性性病知多少》 11《与女性朋友谈宫颈疾病的防治》 12《女性私密保健指导》
- 二、“自助阅读卡”任选书目及视频 (一) 自选图书目录 1糖尿病防治精选系列 2高血压防治精选系列 3高血脂防治精选系列 4冠心病防治精选系列 5心脑血管病防治精选系列 6胃肠疾病防治精选系列 7脂肪肝防治精选系列 8乙肝防治精选系列 9肝胆疾病调治精选系列 10皮肤病与性病防治精选系列 11传染病防治精选系列 12杂病自疗精选系列 13关节病防治精选系列 14痛风防治精选系列 15男科病防治必读系列 16女性常见病防治必读系列 17两性健康百事通系列 18失眠防治精选系列 19人生百忧解系列 20学当家庭医生系列 21百病外治精选系列 22意外防范与救治系列 23家庭护理须知系列 24安全用药指南系列 25生活中的金点子系列 26老年保健必读系列 27健康妙招系列 28小知识大健康系列 29养生长寿精要系列 30养生功法系列 31亚健康必读系列附录 全国综合医疗机构一览表

<<女性常见病防治必读>>

章节摘录

19. 宜了解妊娠10个月胎儿的发育20. 宜早日确定自己是否妊娠21. 妊娠期宜采取的保健措施22. 孕妇宜重视冬季保健23. 孕妇夏季生活宜注意的六点24. 孕妇宜加强自我修养25. 孕妇宜有好情绪26. 孕妇忌发怒27. 孕妇摆脱消极情绪宜采用的方法28. 孕妇宜重视胎教29. 音乐胎教宜注意事项30. 宜重视语言胎教31. 不可忽视抚摸胎教32. 孕妇宜写妊娠记录33. 肥胖孕妇宜采取的保健措施34. 孕妇宜增加营养35. 妊娠早期宜重视饮食营养36. 妊娠中期宜注意膳食营养特点37. 妊娠晚期宜重视膳食营养38. 孕妇宜多吃有利胎儿健脑益智的食物39. 孕妇宜知零食和水果是三餐之外的必补品40. 孕妇宜多吃嫩玉米41. 孕妇宜多吃绿叶蔬菜42. 孕妇忌乱吃酸食43. 孕妇忌常食方便食品44. 妊娠早期忌吃动物肝脏45. 孕妇忌吃肉过多46. 孕妇忌多吃菠菜47. 孕妇忌多吃油炸食品48. 孕妇忌吃龙眼肉、山楂49. 孕妇忌过多吃糖50. 孕妇忌食不利保胎的食物51. 孕妇宜少吃盐52. 孕妇忌吃热性香料53. 孕妇忌贪吃冷食54. 孕妇忌饮含咖啡因的饮料

<<女性常见病防治必读>>

编辑推荐

《女性常见病防治必读》：多部女性常见病防治主题书、自选书、音视频、数据库、最新医学知识全面提供强大读、听、视、查功能，最新阅读功能全新体验诊病疑点、检查疑问、用药疑虑、预防疑惑……询医问药难题全部解决中华医学会健康管理分会、中国健康促进基金会、中国首席健康教育专家洪昭光教授共同推荐。

电子书、语音书、视频书、手机书、数据库、写书、书评、书摘、书讯、书友……以多种形式满足读者对询医问药知识的全方位需求图书2.0 新一代的读书方式主题阅读卡 含系列精选图书自助阅读卡 另可自选200元的军医版畅销书或10个视频4亿5千万字“中华医学数据库”为您即时答疑解惑随书赠送DVD-ROM光盘一张

<<女性常见病防治必读>>

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>