

<<女性健康百科宝典>>

图书基本信息

书名：<<女性健康百科宝典>>

13位ISBN编号：9787530843864

10位ISBN编号：7530843869

出版时间：2007-9

出版时间：天津科学技术

作者：李雪明

页数：404

字数：364000

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>

<<女性健康百科宝典>>

内容概要

本书面向现代女性，本着为广大女性朋友提供健康、保健咨询服务为宗旨，以推广普及女性生殖健康科普知识，提高现代女性自我保健能力为目的，围绕女性一生不同时期的生理、心理特点及其保健需求与常见的健康问题，针对现实生活中女性所关注的问题，全面系统地介绍了女性所关心的保健知识及各个生理时期所面临的健康问题，从女性生理基本特征、青春期女性保健、女性恋爱与婚姻、性爱与优生、女性孕期保健、女性产后保健、女性避孕和女性心理健康、健美、瘦身与皮肤护理、美容与服饰、社交礼仪与职场训练、常见妇科病防治等十二个方面，做了深入浅出、简明扼要的阐述，科学、实用，是现代女性家庭的良师益友，也是基层妇女保健和计划生育工作者的参考书。

书籍目录

第一章 女性生理奥秘 1. 我们女性的身体有什么特点 2. 女性第二性征发育有什么规律 3. 女性的生殖器官包括哪些 4. 女性的外生殖器官有何特点 5. 女性的内生殖器官有何特点 6. 为什么说处女膜不是处女的象征 7. 女性的乳房有什么特征 8. 阴道有哪些生理功能 9. 子宫有哪些生理功能 10. 月经是怎么回事 11. 如何确定排卵日期 12. 女性的性敏感区在哪里 13. 女子最敏感的性敏感部位在哪里 14. 女性的白带是怎么回事 15. 女性尿道与男性尿道有什么区别 16. 影响女性身高的因素有哪些 17. 女性一生可分为哪六个时期

第二章 青春期保健 一、青春期生理知识 1. 什么是青春期 2. 青春期有哪些生理上的变化 3. 青春期有哪些心理上的变化 4. 多大年龄算进入青春期 5. 不出现阴毛和腋毛也算进入青春期吗 6. 如何自我判断青春期是否正常 7. 怎样判断自己的体重是否合乎标准 8. 青春期体育锻炼是否有助于长高 9. 青春期束腰、束胸有什么害处 10. 什么是月经初潮 11. 多大年龄出现月经初潮是正常现象 12. 身材高矮和月经有无关系 13. 太胖为什么会影响月经 14. 月经期间身体有哪些变化, 应注意什么 15. 女孩应如何正确选用卫生巾 16. 女孩使用卫生巾时存在哪些问题 17. 月经期上厕所应注意什么 18. 生活环境的改变对月经周期有影响吗 19. 青春期少女的月经不规律是病吗 20. 女孩经期游泳有什么危害 21. 月经期可能出现哪些反应 22. 月经期乳房胀痛是怎么回事 23. 为什么有人夏季来月经而冬季不来 24. 药物影响月经吗 25. 药物引起月经紊乱后怎么办 二、青春期生活保健

第三章 恋爱与婚姻 第四章 优生与避孕 第五章 孕产期保健 第六章 女性心理卫生 第七章 健美、瘦身与皮肤护理 第八章 美容与服饰 第九章 社交礼仪与职场训练 第十章 常见的妇科病防治

<<女性健康百科宝典>>

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>