

<<男性健康1000问>>

图书基本信息

书名：<<男性健康1000问>>

13位ISBN编号：9787537533577

10位ISBN编号：7537533571

出版时间：2006-4

出版时间：河北科技

作者：张胜杰

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>

## <<男性健康1000问>>

### 内容概要

近年来随着社会经济的发展，我们身边的大多数男性都已切实地感到，在生活节奏越来越快的今天，困扰男性的不仅仅是心理压力方面的问题，还有更多的问题体现在生活的各个方面。全新的科学的男性健康指南，帮助你充分了解生理常识，告诉你男性的健康标准是什么，和谐的性生活有和于身心健康，提醒大家身体健康必须注意日常起居，还要配合科学的运动健身、合理饮食，正确的保养可以使男人健康长寿！

作为男性的健康宝典，本书比较全面地解答了男性在生活中的困惑，以提高当代男性自我认识健康能力为目的，针对男性生理常识、心理健康、日常起居、运动健身、饮食宜忌、居室环境、营养保健等方面的问题，做了深入浅出、简明扼要的科学解答。

## <<男性健康1000问>>

### 书籍目录

#### 一、生理常识 为什么要重视男子性健康？

- 男性生殖系统是由哪些器官组成的？
- 为什么小小的睾丸每天竟能产生上亿个精子呢？
- 附睾有哪些生理功能？
- 前列腺有什么功能？
- 精子是怎样产生并排出体外的？
- “阴茎短小”有哪些特点？
- 男性阴茎勃起和射精的机制是什么？
- 男性周期中各个阶段的特点是什么？
- 如何进行男性性功能活动？

#### 有哪些环节组成？

- 性生活掌握哪些方式方法 正常的性生活有何效应？
- 如何选择性交时间？
- 如何掌握性交次数？
- 如何保持夫妻性生活的活力？
- 为什么新婚期间大量饮酒有量？
- 为什么男性会手淫？

#### 过度手淫会产生什么后果？

- 男性没有遗精现象与生育能力有关吗？
- 性欲是什么？
- 男性性早熟或青春期延迟各是多在年龄？
- 为什么青春期会延迟？
- 性在男人一生中重要吗？
- 男性应该怎样注意生殖器官的卫生保健？
- 阴茎偏大或偏小会影响性生活吗？
- 怎样使睾丸的正常功能得到保证？
- “一滴精，十滴血，损失精液，大伤元所”的说法对吗？
- 男性第二性征是什么时间开始的？

#### 具有哪些表现？

- 男性健康的标准是什么？
- 怎样知道阴茎的勃起功能呢？
- 运动能提高性功能吗？
- 外表壮实者与性功能有关吗？
- 生男生女谁决定？
- 为什么男性性欲会减退？

.....二、心理健康三、日常起居四、运动健身五、饮食宜忌六、男性疾病七、居室环境八、营养健康

<<男性健康1000问>>

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>