

<<健康的性生活>>

图书基本信息

书名：<<健康的性生活>>

13位ISBN编号：9787541641855

10位ISBN编号：7541641855

出版时间：2010-10

出版时间：沈明 云南科学技术出版社 (2010-10出版)

作者：沈明

页数：237

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>

## <<健康的性生活>>

### 内容概要

沈明编著的《健康的性生活》从男女生殖系统的生理和解剖开始，描述了从青年到老年不同时期的性心理；青春期性教育、性保健；成年人和谐的性，性技巧；中老年人对性知识的常见误解和谬误纠正。

希望广大读者朋友通过阅读此书，能获得更多有用知识，从而了解和关注性在我们自己生活中的重要位置，及早发现，及时处理问题。

## &lt;&lt;健康的性生活&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 生殖系统 第一节 女性生殖系统 一、女性生殖器官解剖图 二、女性生殖器官生理功能 三、处女膜 四、乳房的生理功能 第二节 男性生殖系统 一、男性生殖系统的解剖生理 二、异常发育

第二章 青春期性知识 第一节 什么是青春期 一、性的发育特点 二、青春期的分期 第二节 青春期的性意识发展 一、西方青少年青春期的性意识发展分为四个时期 二、我国青少年青春期的性意识的发展分为三个时期 第三节 青春期的性欲意识 一、青春期性梦 二、青春期性冲动 三、青春期性欲意识的主要表现形式 第四节 青春期的异常表现 一、青春期性早熟 二、青春期功血 三、青春期遗精 四、青春期手淫 第五节 青春期的性教育 一、把性交和避孕等知识讲得明明白白 二、怎样区别性教育与色情读物

第三章 成年人性知识 第一节 成熟的性 一、性道德标准 二、性幻想 三、自慰 四、边缘性行为 五、性生活 第二节 安全的性 一、拒绝婚前性行为 二、婚检 三、安全性爱五步 四、月经期性生活注意事项 五、孕期性生活注意事项 六、产后性生活注意事项 七、正确避孕 八、疾病患者的性生活注意事项 九、防治性传播疾病 十、性爱中的十二个注意 第三节 健康的性 一、怎样才是健康的性生活 二、影响男性性健康的常见问题 三、影响女性性健康的常见问题 四、性心理障碍 五、性保健方式方法 第四节 和谐的性 一、性生活不和谐的主要原因 二、性生活常被九大问题误导 三、怎样才能拥有和谐的性生活 四、顺利渡过首次性生活 五、如何调适乏味的性生活 六、和谐性生活有哪潜规则 七、和谐性生活的益处 八、成人用品

第四章 完美性爱 第一节 性爱技巧 一、适宜的时间 二、破译身体的密码 三、完美结合 第二节 人到中年 一、中年女性的性生活 二、女性更年期 三、中年男性 四、男性更年期 第三节 老年人的“性”福 一、老年人的性心理 二、老年人的性反应 三、老年人的性生活 四、老年人的性和谐 五、性与老年疾病

## <<健康的性生活>>

### 编辑推荐

沈明编著的《健康的性生活》从男女生殖系统的生理和解剖开始，描述了从青年到老年不同时期的性心理；青春期性教育、性保健；成年人和谐的性，性技巧；中老年人对性知识的常见误解和谬误纠正。希望广大读者朋友通过阅读此书，能获得更多有用知识，从而了解和关注性在我们自己生活中的重要位置，及早发现，及时处理问题。

<<健康的性生活>>

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>