

<<女性健康金典>>

图书基本信息

书名：<<女性健康金典>>

13位ISBN编号：9787543650800

10位ISBN编号：7543650800

出版时间：2011-5

出版地：青岛

作者：刘莹 编

页数：467

字数：500000

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>

<<女性健康金典>>

内容概要

青岛出版社组织权威专家精心编写，隆重推出家庭生活书架系列精品图书，倾力打造青版生活类图书亮丽品牌。

家庭生活书架系列精品图书具有很高的知识含量，内容涵盖健康生活的方方面面，旨在提高大众生活品质，为读者奉献健康和快乐。

家庭生活书架第一辑包括《日常生活窍门金典》、《日常生活禁忌金典》、《宝宝早期教育金典》、《科学育儿金典》、《女性健康金典》、《健康孕产金典》、《老年人养生保健金典》、《家庭按摩保健金典》、《家庭传统疗法金典》和《家庭药膳食疗金典》10册。

书籍目录

Part 1 女性生殖生理基础 1.女性的生殖器官 2.女性的外生殖器 3.处女膜的特殊性 4.女性的内生殖器官 5.前庭大腺的功能 6.阴道的生理功能 7.阴道分泌物与白带 8.子宫的生理功能 9.宫颈黏液的生理功能 10.输卵管的生理功能 11.卵巢的生理功能 12.月经的产生 13.月经初潮及其特征 14.排卵日期的确定 15.女性的生育期及排卵次数 16.女性乳房的发育过程 17.女性乳房的结构与功能 18.女性的第一性征 19.女性的第二性征 20.女性尿道与男性尿道的区别 21.女性的基本生理特点
Part 2 女性卫生保健与健美 1.人体健康的标准 2.女性青春期的生理变化 3.青春期少女的心理特征 4.青春期自我保健法 5.青春期的性教育 6.青春期的心理卫生保健 7.青春期的体育锻炼 8.青春期的皮肤保健 9.青春期毛发的保护 10.青春期健美体形的保持 11.青春期大脑的保护 12.育龄女性非孕期的生理特点 13.育龄女性非孕期的心理调节 14.育龄女性非孕期的保健内容 15.育龄女性与营养素 16.女性应正确认识月经 17.月经量正常与否的鉴别方法 18.月经初潮与身高 19.经前紧张综合征的自我治疗 20.痛经及处理方法 21.经期乳房胀痛处理方法 22.月经期的体育锻炼.....Part 3 女性恋爱与婚姻Part 4 女性孕期保健Part 5 女性产期保健Part 6 家庭计划与计划生育Part 7 不孕不育症及其治疗Part 8 优生与优育Part 9 女性劳动保健Part 10 常见妇科病愈防治Part 11 女性围绝经期保健Part 12 男性乳房疾病及其治疗Part 13 女性保健菜谱

章节摘录

版权页：插图：（3）学会温柔一双温暖的手或一句安慰的话都会使人感到舒服。

任何一个男子都无法抗拒温柔的力量，即使男子心中有再大的火气与郁闷也会立即冷却下来。

（4）小心维护对方的自尊心两人既然相爱，就要谨言慎行，不要因一时逞口舌之快，而伤害对方的自尊心，从而影响到两个人的关系。

（5）抱着同舟共济的心理人长大之后就不断地负有责任，对父母、对朋友、对家庭，这些责任都是人生的一部分，尤其是对家庭，对另一半的责任更是种甜蜜的负担，要抱着同舟共济的心理去承受这种负担。

（6）知足常乐一个知足的人胜过拥有钱财万贯却不满足的人。

追求虚荣、奢华是永无止境的。

“人上有人，天外有天”，但是抱着“爱人还是自己的最好”的心理，你将会愈来愈欣赏他的一切。

青年男女在恋爱过程中，发现对方不是自己的意中人，已无再相处的必要，那么分手是很自然的了。

分手的办法要根据对方可接受的程度而定。

如果女方想提出分手，最好对男方采取逐渐疏远的办法。

如果你有了新朋友，在与旧友分手的时候，千万不要提到新朋友，这样可以减少对方的怨愤和责难。

分手总有巨大的挫折感。

对爱情所出现的挫折从一开始就应有思想准备，谈恋爱不可能一蹴而就，难免会有波折和坎坷。

若是对方提出分手，要客观地分析原因，是父母的干涉，还是因自己某些方面暴露出来的缺点和失误而引起对方的不满，是自己的基本条件不符合对方的要求，还是对方见异思迁或第三者插足。

<<女性健康金典>>

编辑推荐

《女性健康金典》本着推广普及女性生殖健康科普知识、提高女性自我保健能力的目的，从女性生殖生理基础、女性卫生保健与健美、女性恋爱与婚姻、女性孕产期保健、家庭计划与计划生育、不孕不育、优生优育、女性劳动保健、常见妇科病及防治、女性围绝经期保健等十个方面，深入浅出地讲解各种女性保健知识，科学实用，是广大女性的良师益友，也是基层妇女保健和计划生育工作者的参考书。

<<女性健康金典>>

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>