

<<金色年华>>

图书基本信息

书名：<<金色年华>>

13位ISBN编号：9787800798443

10位ISBN编号：7800798445

出版时间：2009-10-01

出版时间：中国人口出版社

作者：浙江省计划生育宣传教育中心 编

页数：30

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>

<<金色年华>>

内容概要

《金色年华：妇女更年期保健》主要包括：什么是妇女的更年期、月经失调——更年期来临的信号、悄然发生的生理变化、更年期女性的心理发生了什么变化、引起心理变化的种种原因、什么是更年期综合征、为什么会发生更年期综合征、更年期常见的症状、出现更年期症状就是更年期综合征吗等。

书籍目录

一、更年期与更年期综合征什么是妇女的更年期月经失调——更年期来临的信号悄然发生的生理变化更年期女性的心理发生了什么变化引起心理变化的种种原因什么是更年期综合征为什么会发生更年期综合征更年期常见的症状出现更年期症状就是更年期综合征吗“更年期”——冠心病骨质疏松症哪些女性容易发生骨质疏松症潮热对生活的影响更年期皮肤容易发生哪些变化更年期容易发生老年性阴道炎失落感是怎样产生的二、妇女更年期的综合保健正确对待更年期的到来人生的第二个春天树立良好的自身价值观建立健康的生活方式战胜不良情绪改变多疑的心态克服睡眠障碍药补不如食补食补不如心补面部皮肤的护理面部按摩保健操丈夫的责任锻炼“爱情肌”，改善尿失禁钙的补充定期做体格检查重视绝经后的阴道流血外阴瘙痒不可掉以轻心绝经期白带异常的种种表现怎样检查自己的乳房什么是激素替代疗法哪些人适合激素替代疗法哪些人不适合激素替代疗法三、更年期妇女的性与避孕生育能力丧失会伴随性欲的消失吗绝经会妨碍正常的性生活吗老夫老妻不必有性生活了吗如何改善更年期妇女的性功能和性欲保持性生活可以延年益寿更年期妇女还要避孕吗更年期避孕药具的选择原先使用宫内节育器的妇女该怎么办

<<金色年华>>

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>