

<<女人健康锦囊>>

图书基本信息

书名：<<女人健康锦囊>>

13位ISBN编号：9787509107249

10位ISBN编号：7509107245

出版时间：2007-5

出版时间：人民军医

作者：邓姗主编

页数：270

字数：183000

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>

<<女人健康锦囊>>

内容概要

本书从精卵结合的那一刹那写起，全面介绍了女性从胚胎发育到垂暮之年的整个发育、成长、成熟、衰老过程，对每一个阶段中女性的身心变化都做了精辟的剖析和评价，并提出了中肯的建议。本书通俗易懂，科学性强，层次清晰，重点突出，可以称得上是女性朋友了解自己，把握健康不可多得的“良师益友”，适合各个年龄段的女性朋友阅读。

<<女人健康锦囊>>

书籍目录

第一章 千金宝贝——乖乖女 1.性分化的历程 2.“千金”宝贝的“标志”（第一性征） 3.初显“巾帼之风” 4.幼稚的性感受 5.“过家家”中的奥妙 6.女孩更需要性教育的宽容 7.小女孩的生殖生理 8.“妈妈，我的屁屁痒！”（幼女性外阴、阴道炎） 9.不期而遇的“血光” 10.孩子，请让我来帮助你

第二章 我家有女初长成 1.“线条”初显的羞涩（第二性征） 2.生命中的第一次殷红 3.初潮后的风云莫测（青春期功血） 4.青春—营养—健美 5.“倒霉”的痛 6.生殖道畸形的蛛丝马迹 7.青春期的妇科肿瘤 8.急性腹痛莫忘妇科肿瘤 9.提前泌乳是何缘故 10.都是车梁惹的祸（外阴骑跨） 11.情窦初开的“爱情” 12.“手淫”不是淫秽的勾当 13.女孩子该学会保护自己（避孕选择） 14.少女妊娠的健康危害

第三章 自由绽放的妩媚青春（写给成年的未育妇女） 1.微妙的生理周期 2.预测排卵有办法 3.婚检，何去何从 4.新婚燕尔 5.性保健造就性双赢 6.警惕性传播疾病（STIs） 7.无性亦可传播的“性病” 8.可恶的“包”令人坐立难安 9.宫颈“炎”和“癌”的一字之差 10.亡羊补牢的注意事项（终止妊娠）

第四章 孕育生命的女人 第一节 十月怀胎 1.生命的种子和土地（妊娠生理） 2.选择适宜的受孕时机 3.生育与遗传 4.怀胎十月（妊娠月历） 5.准妈妈的身体面临巨大挑战（妊娠期间的生理改变） 6.孕期生活指导（饮食、作息） 7.规律产检莫嫌烦 8.胎教的力量 9.体验胎动的感觉 10.角色更替，得调心理（孕妇的心理调节）第五章 人到中年第六章 沐浴久阳

<<女人健康锦囊>>

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>