

<<细说女性病>>

图书基本信息

书名：<<细说女性病>>

13位ISBN编号：9787543928800

10位ISBN编号：7543928809

出版时间：2006-7

出版时间：上海科学技术文献出版社

作者：刘玲玲

页数：356

字数：266000

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>

<<细说女性病>>

内容概要

本书以通俗易懂的语言，详细介绍了各类女性疾病的发病原因、表现、治疗以及日常生活中的注意事项等内容。

包括女性的身体特殊结构、月经病、生殖器官炎症、外阴病、妇科肿瘤、子宫疾病、卵巢疾病、乳房疾病、性功能障碍、不孕症、妇科综合征等所有的女性疾病。

本书为一科普读物，旨在关注性健康，为女性健康提供一本易懂而又实用的指南。

<<细说女性病>>

书籍目录

1 女性健康常识 女性生殖器官包括哪几部分 女性生殖器官在构造上有什么特点 卵巢有什么功能 正常妇女的阴道内有细菌吗 阴道壁凹凸不平是正常的吗 阴道顶端突出的圆柱状物是瘤子吗 女子无阴毛是正常的吗 妇女为什么会有白带 什么时候进行妇科检查最适宜 什么时候进行妇科疾病最适宜 哪些妇科疾病需要做B超检查 妇科B超检查前都需要憋尿吗 妇科疾病有哪些主要症状 月经期或有阴道出血时可以施行盆腔检查吗 哪些妇科病适合看中医2 月经失调 何谓月经 排卵与月经有什么关系 如何判断月经是否正常 经期应注意哪些问题 经期延长是怎么回事 中医怎样调理经期延长 如何用丝瓜调理月经 怎样用饮食改善经期提前 月经延后如何食疗 3个月或半年来1次月经是正常现象吗 月经出血不规则有什么表现 如何预防上环后经量过多 月经过多怎么办 没病也会有月经失调吗 月经紊乱与卵巢疾病有何关系 为什么许多妇科检查和操作都要有月经干净后3~7天进行 月经期为什么要忌性生活 女子经期能参加体育锻炼吗 怎样选用适合自己的卫生巾 经期为什么会有关节痛症状3 女性生殖器官炎症4 外阴白色病变及外阴瘙痒5 女性生殖器官肿瘤6 子宫疾病7 滋养细胞疾病8 女性生殖器官发育异常9 女性生殖器官损伤性疾病10 女子性功能障碍11 乳房疾病12 不孕症13 妇科综合征

<<细说女性病>>

章节摘录

痛经如何预防 平素注意个人卫生保健，是预防痛经的有效措施。

(1) 学习掌握月经卫生知识 月经的来临，是女子进入青春期的标志，然而有些女青年由于对月经出血现象缺乏了解，会产生不必要的恐惧、紧张与害羞等心理变化。这些不良的心理变化过度持久的刺激，则易造成气机紊乱、血行不畅而诱发痛经。因而女青年多学习一些有关的生理卫生知识，解除对月经产生的误解，消除或改善不良的心理变化，是预防痛经的首要问题。

(2) 生活起居要有一定规律 妇女由于特殊的生理现象，在生活与起居、劳作方面必须要合理安排，有一定的规律。不宜过食生冷，不宜久居寒湿之地，不宜过劳或过逸等，尤其是月经期更需要避免寒冷刺激、淋雨涉水、剧烈运动和过度精神刺激等。

(3) 积极做好五期卫生保健 五期卫生保健是指妇女月经期、妊娠期、产褥期、哺乳期、更年期的卫生保健。

在这五个时期，妇女抗御病邪的能力降低，易于导致病邪的侵害而发病。认真做好五期卫生保健，对于预防痛经有着重要意义。

(4) 锻炼身体提高健康水平 经常锻炼身体，能增强体质，减少和防止疾病的发生。

(5) 积极进行妇科病的诊治 积极正确地检查和治疗妇科病，是预防痛经的一项重要措施。

总之，预防痛经，要从月经初潮之前开始积极进行，直至绝经之后方可避免痛经的发生。特别是中年妇女，不要错误地认为自己没有痛经病就放松警惕，这一阶段多是继发性痛经的高发病阶段，必须注意个人卫生，正确采取预防措施，倘若发生痛经后就要积极进行检查和治疗，以保证自己的身体健康。

<<细说女性病>>

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>