

<<怀孕优生必读>>

图书基本信息

书名：<<怀孕优生必读>>

13位ISBN编号：9787563423873

10位ISBN编号：7563423877

出版时间：2008-1

出版时间：延边大学

作者：张玉秋

页数：240

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>

## <<怀孕优生必读>>

### 内容概要

有许多新婚的年轻男女对性存在着或多或少的疑问和困惑，如使用避孕药会导致不孕吗？  
女性高潮是怎样的？  
男子一次性生活的不成功是否就是勃起功能障碍？  
性生活怎样才能和谐？  
这些需要在心理上、生理上和情感上进一步同对方沟通，彼此适应。  
本书将一些比较常见的、基本的性知识以及卫生保健、常见疾病防治等方面的技能进行介绍。

## 书籍目录

第一章 婚前准备 1.确定恋人的注意事项 2.结婚的心理准备 3.哪些人不能结婚 4.近亲结婚的危害 5.怎样选择结婚对象 6.为什么要做婚前检查 7.婚前检查的内容 8.哪些疾病暂时不能结婚 9.哪些疾病可结婚但不可生育 10.最适合结婚的年龄 11.男女择偶的心理差异 12.消除婚恋的心理障碍 13.应当学会怎样爱 14.如何摆脱“爱”的嫉妒 15.合理安排婚期

第二章 男性生理 1.男性的生殖器官 2.阴茎大小与性功能 3.睾丸的作用 4.睾丸大小与性功能 5.睾酮的作用 6.认识精液 7.精液的作用 8.射精的过程 9.男子下身清洁应重视 10.包茎和包皮过长 11.尿和精液会同时排出吗 12.射精后为什么会疲劳 13.男子性成熟有哪些特征 14.男性生殖功能的调节 15.男性性反应周期 16.血精有哪些原因 17.男子性敏感区 18.男性性交中断 19.男性精液稀少

第三章 女性生理 1.女性的外生殖器 2.女性的内生殖器 3.女性的乳房 4.女子性成熟有哪些特征 5.女性性反应周期 6.如何保持生殖器官的卫生 7.女性性冲动的特点 8.女性神秘的性敏感区 9.女性月经的规律 10.女子不长阴毛的原因 11.女性自慰的体验 12.处女膜闭锁 13.乳房偏小影响婚孕吗 14.女性性生活与白带异常 15.女性乳房的保养 16.女性月经期应注意哪些问题 17.女性性感异常

第四章 两性性生活 1.性生活文明 2.正确看待处女膜 3.什么是性欲 4.什么是性快感 5.男女性欲的差异 6.男女性心理的差异 7.男女性功能的差异 8.男女性行为中的差异 9.性爱与性感 10.性生活的三个阶段 11.性生活不同阶段的心理体验 12.正常性生活的必备条件 13.性生活的十大益处 14.和谐性生活的必备条件 15.影响性和谐的因素 16.血型与性 17.酒对性的影响 18.烟酒对男性生育力的影响 19.如何克服性生活中大汗淋漓 20.性生活中阴道为何收缩 21.性生活的次数与精液的质量 22.性生活的时间 23.性快感与时间的长短 24.精液比血还宝贵吗 25.性生活的次数多少为宜 26.性生活后为何发困 27.性生活后外阴为何发痒 28.性生活中女性的自然呻吟 29.女性高潮也射精 30.月经与性欲的关系

第五章 性爱艺术 1.性生活的前奏 2.如何面对“害羞”的新娘 3.新婚之夜须知 4.性生活的良好环境 5.新娘有哪些性需求 6.新婚之夜的调情 7.“甜言蜜语”很重要 8.热吻十忌 9.初次性生活应注意什么 10.怎样做好性前戏 11.第一次交合 12.第一次未必有高潮 13.不可忽视性后戏 14.新娘如何提高“性趣” 15.领悟爱人的性信号 16.暗示一定要含蓄 17.怎样才能激起对方的性兴奋 18.性生活的步骤 19.夫妻怎样才能达到性和谐 20.性生活中的几种类型 21.性生活中的配合 22.性生活时间的选择 23.清晨过性生活的利弊 24.性生活的体位 25.特殊体型的性生活体位 26.男女身材悬殊与性生活 27.体验性交的体位变换 28.互相交流性偏爱 29.怎样使妻子达到性兴奋 30.怎样使妻子达到性高潮 31.性生活与亲吻乳头 32.尽情而不要纵欲 33.杜绝性生活中的不良行为

第六章 新婚避孕 1.新婚期避孕方法的选择 2.男性常用的避孕方法 3.女性常用的避孕方法 4.避孕套的使用 5.外用避孕药 6.怎样使用口服避孕药 7.安全期避孕法 8.体外射精避孕法 9.特殊情形如何避孕 10.避孕套滑落了怎么办 11.避孕套破裂的原因 12.何时需要紧急避孕

第七章 新婚保健 1.科学调配蜜月期间的膳食 2.新婚期间男子需补营养素 3.新婚期间新娘的饮食 4.增强男子性功能的食物 5.增强女子性功能的饮食 6.夫妻如何按摩 7.新婚自我美容保健的内容 8.新婚自我保健美容的方法 9.怎样爱护妻子的乳房 10.新娘美胸保健 11.女性外阴的呵护 12.美容保健药膳 13.怎样消除腹部的脂肪 14.性生活的保健 15.皮肤清洗与护理 16.蜜月旅行常见病的防治 17.蜜月旅行疲劳的防治 18.蜜月旅行的保健 19.蜜月旅行中如何进补 20.蜜月旅行中如何休息

第八章 新婚医疗 1.男性性功能障碍 2.女性性功能障碍 3.男性生殖器官的常见疾病 4.女性生殖器官的常见疾病 5.男性性交为何疼痛 6.女性性交为何疼痛 7.男子射精为何无力 8.男子射精疼痛的原因 9.新婚期间用药常识 10.什么时候不宜过性生活 11.精液流出与婚育 12.阴道痉挛 13.谨防房事晕厥 14.性交中生殖道裂伤怎么办 15.性交时间多长为宜 16.性交后为何腹部疼痛 17.性冷淡的病因 18.性冷淡的食疗方 19.肥胖对性功能的影响 20.为什么婚后还会遗精 21.怎样防治房事头痛 22.外阴、阴道损伤怎么办 23.阴茎怎么会长时间勃起 24.常见性病的防治 25.阴囊疾病的防治 26.男性勃起功能障碍食疗方 27.早泄的治疗 28.怎样防治逆行射精 29.怎样避免性交中阴茎折断 30.不射精的原因和治疗 31.勃起功能障碍的治疗 32.影响女性性生活和谐的疾病 33.男性遗精食疗方 34.滋阴补肾药膳 35.怎样消除新婚女性情感紧张症 36.如何防治痛经 37.新婚期阴道炎的防治 38.男子新婚期的不射精

第九章 结婚建议 1.婚礼的选择 2.新婚美容 3.新娘化妆的要点 4.新娘化妆的类型 5.新娘的皮肤护理 6.新娘面部的清洁 7.新娘怎样打粉底 8.新娘怎样描画眉毛 9.新娘怎样美化眼睛 10.新娘怎样巧涂口红 11.新娘怎样美化指甲 12.新娘怎样选用腮红 13.不同脸型的新娘怎样化妆 14.新娘发型的选择 15.新娘发型的保护 16.新娘礼服的选择 17.新娘的配饰 19.新郎怎样保护皮

<<怀孕优生必读>>

肤 20.新郎肌肤的修饰 21.新郎怎样修饰眉型 22.新郎怎样修饰口唇 23.新郎的发型 24.新郎的服饰 25.新郎新娘在婚礼上的礼仪 26.邀请客人的礼仪 27.参加舞会的礼仪 28.新婚摄影 29.新婚摄像 30.婚宴的选择 31.婚宴的安排 32.正确处理夫妻关系 33.正确处理父母子女关系 34.正确处理兄弟姊妹关系 35.夫妻怎样善待邻居关系附录 1.什么是婚姻 2.什么是结婚 3.结婚登记应该到什么机关 4.什么是家庭和家庭关系 5.结婚的条件 6.什么是晚婚晚育? 晚婚晚育在法律上有什么规定 7.结婚是否需要举行仪式 8.结婚时应当持什么证件和证明 9.军婚有哪些规定 10.允许在校大学生结婚吗 11.涉外结婚的程序 12.什么是夫妻财产制 13.夫妻财产制有哪些分类 14.夫妻个人财产的范围 15.夫妻共同财产的范围 16.寡妇改嫁可以携子带产吗 17.重婚的处理 18.婚庆别称

## &lt;&lt;怀孕优生必读&gt;&gt;

## 章节摘录

第一章 优生优育与遗传 1.健康聪明的宝宝从优生知识的准备开始 拥有一个健康而又聪明的宝宝，是每一位做妈妈的共同心愿。

优生，就是生优，即采取一系列措施保证诞生的下一代是素质优良的。

优生是关系到人口质量的大事。

在我们控制人口数量的同时，必须提高人口的质量。

人口的质量，既要告后天良好的培养教育，也要靠选优去劣的优生措施来保障。

避免和减少痴呆儿、严重残疾儿的出生，减轻因“出生缺陷”给家庭和社会带来的负担，对提高人口质量、促进我国现代化、保证中华民族的繁荣昌盛，具有重要的现实意义和深远的影响。

孩子的人生过程，始于一个精子细胞和卵子细胞的结合。

从母亲受孕的一瞬间，生命就开始了它的发展过程。

大约280天左右，随着第一声清脆的啼哭，这个小生命便来到了人间。

二十几年以后，当他（她）到了“男大当婚，女大当嫁”的青春妙龄时，便要结婚成家。

随着又一声婴儿的啼哭，一个小生命也降临人间。

这就是人生交响乐中永不间断的旋律！

年轻的伴侣——未来的父母，当你们结合在一起时，也许有过种种美好的憧憬，诸如幸福、美好、和谐，乃至共同的理想抱负等。

但是，最为迫切的一定是盼望能生个健康、聪明的孩子，希望他（她）能集中你们夫妇的一切优点，摒弃双方的不足，希望他长大之后能成为祖国的有用之才。

遗憾的是，在生育子女这一问题上，至今还是不尽如人意的。

人类在漫长的进化进程中，不但创造了无与伦比的文明，开辟了人类的新开地，同时也更加完善了自己，培育出了一代又一代才智超群、出类拔萃的天才。

然而，人类也在捉弄着自己，由于违反生命科学的规律，伴随着神童和天才而诞生的是层出不穷的白痴和傻瓜！

孕育生命是一个十分复杂的过程，它决不是简单的男女两性的结合，它涉及到社会学、心理学、生理学、医学等诸多学科。

“马马虎虎生孩子”，“糊里糊涂当父母”的观点和做法是十分有害的。

1882年英国著名的遗传学家高尔顿首先提出了优生学，即“生得好”，它包括了配偶的选择，最佳怀孕期和受孕时机的确定，婚前夫妻的身体状况和心理准备，婚前检查等。

.....

<<怀孕优生必读>>

编辑推荐

胎教是一门融有关医学、教育学知识为一体，对胎儿进行综合性教育的实用科学，它涉及到心理学、营养学、保健学、生理学、遗传学等多方面的内容。

本书全面阐述胎教与优生的理念，以胎教为主线，分四篇二十章，详尽介绍了未来母亲所要解决的胎教和优生问题。

胎教方案，抚触胎教法，音乐胎教法，运动胎教法。

<<怀孕优生必读>>

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>