

<<好女孩是这样培养出来的>>

图书基本信息

书名：<<好女孩是这样培养出来的>>

13位ISBN编号：9787802435919

10位ISBN编号：7802435919

出版时间：2011-4

出版时间：航空工业

作者：郭漫

页数：189

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>

## <<好女孩是这样培养出来的>>

### 内容概要

青春期的女孩就像含苞待放的花朵，正处于生理和心理发育的特殊时期。随着身体发育的日渐成熟，女孩们会面临很多的烦恼和困惑。本书带领青春期的女孩揭开成长的秘密，为成长答疑解惑，学会轻松面对青春期出现的各种生理变化和心理问题，学会正确处理好亲情和友情的关系，学会正确的异性交往、师生交往和社会人际交往的法则，做一个聪慧、健康的气质女孩。

## <<好女孩是这样培养出来的>>

### 书籍目录

#### 第1章 身体发出的信号

体内乾坤——青春期男女有别的秘密

胸部凸起来了

“那个”地方长了毛毛

白色液体润湿了内裤

每个月的特别日子

渐渐褪去的童声

身材凸显女性曲线

“扑面”而来的小痘痘

#### 第2章 为成长答疑解惑

性成熟有早晚吗

卫生保健不可少

性幻想是犯罪吗?

怎样判断月经是否正常

月经期间适宜运动吗?

缓解痛经有办法

怎样选择使用卫生巾?

来月经后就不会长高吗?

青春期女孩闭经怎么办?

精心呵护你的乳房

支招乳房发育不良

女孩分泌乳汁莫轻心

怎样应对常见的皮肤问题?

正视体毛

不要让腋臭影响自己

想减肥,可以节食吗?

运动怎样减肥?

患了厌食症怎么办?

我不想要小肚腩

贫血怎么办?

警惕公共场所性疾病传播

不容忽视的青春期妇科问题

如何防治青春期子宫出血

外阴瘙痒的诱因与防治

重防阴道卫生,预防阴道炎

卵巢肿瘤早发现

科学地看待处女膜

#### 第3章 少女的豆蔻情怀

#### 第4章 做自己的保护伞

#### 第5章 释放思想,从容面对

#### 第6章 内外兼修靓女孩

#### 第7章 美好生活早规划

## <<好女孩是这样培养出来的>>

### 章节摘录

版权页：插图：青春期阶段的女孩超前发育的情况比男孩多见，所以很容易让女孩误以为随着女孩月经初潮的到来，身高将停止增长。

其实，骨骼生长与月经没有因果关系，有些女孩在月经来潮后，身体还会长高不少呢。

在青春期，女孩机体的内环境和内分泌水平都在大幅度变化，身高也是一个反映生长的指标，长高的原因主要是骨骼的发育。

人体的骨干和骨骺之间有软骨生长板，软骨不断生长成为成骨，人体便不断地长高。

不同的年龄阶段，软骨的生长情况并不相同。

这一时期，骨骼的钙化一般是在逐步加快。

当骨骺线闭合后，人体基本停止长高了，而骨骺闭合一般要到25岁左右。

生活水平的提高，会促使骨骼生长发育提前，也会促使月经提前。

原因是骨骼的生长发育与第二性征的其他表现，比如月经、阴毛和腋毛生长等，都是受中枢神经系统调控和体内激素影响的，所以有很大的可能，月经初潮与骨骺闭合的时间会同时提前，但这只能说二者有密切关系，或者是受同一个因素的影响导致的，但不能说月经初潮就是停止长高的决定因素。

其实，月经来潮是中枢神经系统到达一定的兴奋程度，并且体内的激素到达一定水平的结果，从这一层意义上考虑，月经来潮的因素对骨骼的生长也同时会有一定的促进作用。

有些女孩在月经来潮后，身体还会长高不少，所以骨骼生长与月经没有因果关系。

## <<好女孩是这样培养出来的>>

### 编辑推荐

《好女孩是这样培养出来的》用智慧的双眼去阅读，用聆听的心灵去感受：跨越千年的时光流转、沧海桑田的伟大变迁、自然造化的神奇瑰丽、世界文化的灿烂光芒……豆蔻年华，花儿一样的青春。在成长的过程中，总有很多突如其来的小变化让我们感到困惑，甚至烦恼，也许你眼中的问题只是你成长的见证，就让我们一起来为成长答疑解惑吧。

这不仅仅是一本书，更是一个特别的朋友，带给你一份特殊的关心和爱护。

这里面，有你想说而难于启齿的话，这里面，有你想知道而还不知道的事；这里面，有许多公开的秘密，也有许多秘密的公开；这是一个女孩成长的经历，曾经，小女孩是如此的渴望长大：长大之后才能像妈妈一样穿漂亮的鞋子，长大之后可以穿许多漂亮的衣服……可如今，长大的女孩却多了许多烦恼，长大的女孩多了无数的困扰，长大的女孩开始喜欢一个人静静地呆着想心事……

<<好女孩是这样培养出来的>>

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>