

<<新婚课堂>>

图书基本信息

书名：<<新婚课堂>>

13位ISBN编号：9787533743178

10位ISBN编号：7533743172

出版时间：2009-3

出版时间：安徽科学技术出版社

作者：王应兰 主编

页数：164

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>

## <<新婚课堂>>

### 前言

孕育一个健康聪慧的宝宝，是每一对年轻夫妇的期盼和愿望。

人生中没有什么比生儿育女更值得珍惜和重视的事情了。

没有不可能圆的梦。

当您准备怀孕时，就无限地期盼着创造生命奇迹和享受为人父母的天伦之乐。

在怀孕前要有一个周全的计划和准备，以全面提高您的宝宝生命质量和各方面的素质，为妊娠迎来一个良好的开端。

因为对孕育这一个自然过程，并不是每一位女性都能顺利、圆满地接受并度过。

孕妇以什么样的心态和什么样的体质怀孕，不仅与自身的健康有关系，还与腹中的小生命的身心健康有着密切联系。

虽然现在是个男女平等的时代，但是怀孕分娩却是女人独享的神圣使命。

以往人们总将怀孕分娩视为女性的天职或是母亲的大难，只能够消极地接受；随着时代的转变，且在合理的家庭计划之下，妇女们积极地学习生育健康宝宝的知识，使分娩过程更加顺利。

怀孕在妇女的人生历程中，是个非常重要的成长经验。

怀孕虽是女性一生中的一大喜事。

但要提醒的是，怀孕是夫妻双方共同的事，夫妇一定要共同负起责任，一起精心地呵护好宝宝的成长，做个合格的准妈妈、准爸爸。

从怀孕开始，这世界上将会有一个新的生命诞生。

而且这个小生命将成为以前你们二人世界中正缺少的，并一生与你们相伴。

你们当然应该从孩子还在母腹中就开始负起责任，精心地呵护孩子的成长。

那些没做过父母的人是永远都无法体会其中的幸福和乐趣的。

但怀孕的辛苦同样是非亲身经历者难以想象的。

## <<新婚课堂>>

### 内容概要

本书由经验丰富的权威专家倾心打造。

本书用轻松、简洁、活泼的语言，为广大新婚朋友提供了系统、详细、实用、科学的指导。

全书共分六个部分，内容包括：助你了解自己；健康爱情的获得；婚前准备充分；步入婚姻殿堂；共筑幸福家园；把握避孕大法。

这是一本每一位新婚朋友都值得拥有的枕边书。

## &lt;&lt;新婚课堂&gt;&gt;

## 书籍目录

第1课 助你了解自己 一、奇妙的人体 (一) 心血管系统 (二) 呼吸系统 (三) 消化系统 (四) 神经系统 (五) 运动系统 (六) 血液系统 (七) 泌尿、生殖系统 二、人体的奥秘——男人 (一) 男性外生殖器官 (二) 男性内生殖器官 (三) 男性生殖器官的缺陷和处理 (四) 第二性征 三、人体的奥秘——女人 (一) 女性外生殖器官 (二) 女性内生殖器官 (三) 女性生殖器官的缺陷和处理 (四) 第二性征 四、常见的困惑 (一) 遗精 (二) 自慰 (三) 月经失调与痛经 (四) 阴茎发育异常 (五) 乳房发育异常 五、性心理异常

第2课 健康爱情的获得 一、确立积极的人生态度 (一) 心情要愉快 (二) 心胸要宽广 (三) 择友要慎重 (四) 积极的自我暗示 二、构筑健全的人际关系 (一) 平等对待他人 (二) 要有自知之明 (三) 客观了解他人 三、形成良好的心理品质 (一) 足够的自我安全感 (二) 正确估计自己的能力 (三) 生活切合实际 (四) 不脱离周围现实环境 (五) 保持人格的完整与和谐 (六) 善于从经验中学习 (七) 保持良好的人际关系 (八) 适度地发泄情绪和控制情绪 (九) 在符合集体要求的前提下, 能适度地发掘个性 (十) 在不违背社会规范的前提下, 能恰当地满足个人的基本需要 四、着装艺术 (一) 个体性 (二) 整体性 (三) 整洁性 (四) 文明性 (五) 技巧性 五、谈吐优雅 (一) 态度诚恳亲切 (二) 措辞谦逊文雅 六、情窦初开迎真情 .....第3课 婚前准备充分

第4课 步入婚姻殿堂第5课 共筑幸福家园第6课 把握避孕大法

## 章节摘录

第1课助你了解自己一、奇妙的人体（一）心血管系统自然界任何生物，包括植物、动物、微生物为了生存必须从外界摄取各种营养素，同时排出代谢废物。

作为生物界最高级动物的人类，就更是如此。

人体时刻进行着生命赖以维持的新陈代谢活动，必须利用大量的氧气，把淀粉、脂肪、蛋白质等营养物质转化为可供人体直接使用的东西，同时产生二氧化碳、水和其他代谢产物并排出体外。

那么，由谁来运输这些维持生命所需的营养物质及代谢产物呢？

就是我们的运输队——循环系统。

人类的循环系统由心脏和血管组成。

心血管系统是一个完整的封闭的循环管道，它以心脏为中心通过血管与全身各器官、组织相连，血液在其中循环流动。

心脏是一个中空的肌性器官。

它不停地有规律地收缩和舒张，不断地吸入和压出血液，保证血液沿着血管朝一个方向不断地向前流动。

血管是运输血液的管道，包括动脉、静脉和毛细血管。

动脉自心脏发出，经反复分支，血管口径逐步变小，数目逐渐增多，最后分布到全身各部组织内，成为毛细血管。

毛细血管呈网状，血液与组织间的物质交换就在此进行。

毛细血管逐渐汇合成为静脉，小静脉汇合成大静脉，最后返回心脏，完成血液循环。

<<新婚课堂>>

编辑推荐

《新婚课堂》由经验丰富的权威专家倾心打造。

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>