## <<养好卵巢女人不老>>

#### 图书基本信息

书名: <<养好卵巢女人不老>>

13位ISBN编号:9787542749307

10位ISBN编号: 7542749307

出版时间:2011-6

出版时间:上海科学普及出版社

作者:王必勤编

页数:175

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

## <<养好卵巢女人不老>>

#### 内容概要

你的脸上开始出现色斑了吗?

你的皮脸开始衰老了吗?

你经常月经异常吗?

你经常莫名的潮热多汗、心烦易怒吗?

你经常严重失眠、心慌多疑吗?

其实这一切的变化都与卵巢功能息息相关。

本书将为你一一解开卵巢健康之间的秘密!

## <<养好卵巢女人不老>>

#### 作者简介

王必勤,北京中医药大学东直门医院主任医师硕士生导师从事妇科临床、教学、科研工作26年,工作卓有成就,中西医结合治疗妇科疾病,尤其擅长治疗月经不调,不孕不育,卵巢功能减退等。 多次被评为优秀医生和优秀教师。

曾任中华妇科学术委员。

参与编写并担任副主编的著作6部,发表论文近20篇。

### <<养好卵巢女人不老>>

#### 书籍目录

Part 1 绝世红颜源干卵巢 揭开卵巢神秘面纱的自白书 卵巢雌激素,让女人活得有"味道" 不可忽略的卵巢衰老症状 测测你的卵巢年龄 Part 2 美丽易逝,走出伤害卵巢的人群 月经来潮过早者 绝经过晚者 得过卵巢疾病者 小时候得过腮腺炎者 得过子宮附件炎者 子宮切除者 一生未孕者 从未哺乳者 Part 3 小心卵巢警报,不做年轻老女人 脸上色斑激增 除去病理原因外的脸色不良 莫名而长期的胃痛、腹胀 痛经也许是卵巢囊肿惹的祸 长期月经异常、气血虚弱 莫名潮热多汗 突然急速发胖 身体突然多毛 乳房松软萎缩 阴道突然变得干涩 性交时感到疼痛 失去性生活的兴趣 经常情绪不稳,心慌多疑 严重的失眠 无法孕育宝宝 更年期提前 Part 4 种种伤害卵巢的行为,你该向美丽检讨 每天饮用大量咖啡 很少吃豆类食品 过量食用乳制品 过度吃减肥药 经常久坐不动 不当的运动 过激性行为 长期精神压抑 长期吸烟酗酒 经常服用避孕药 过度节食减肥

Part 5 不同时期的关爱,呵护卵巢一生 儿童期——卵巢最重要的呵护期

## <<养好卵巢女人不老>>

青春期——发育的卵巢增添你的美丽 婚育期——成熟的卵巢为你的风韵驻足保鲜

更年期——衰退的卵巢需要更多关照

老年期——补充雌激素养护卵巢

Part 6 4周年轻10岁的神奇卵巢保养术

第1周:保养卵巢从清洁、排毒开始 第2周:善待内脏,从根基上养护卵巢 第3周:回归主题,增加你的卵巢元气

第4周:巩固卵巢的保健

Part 7 医生邮箱,卵巢常见问题在线解答

Part 8 保养卵巢必吃的黄金食物

## <<养好卵巢女人不老>>

#### 章节摘录

版权页:插图:性交疼痛是指夫妻性交时感到不适甚至疼痛。

疼痛部位有时仅在外阴部,有时在阴道内,有的还会影响下腹部、腰部、背部,疼痛持续时间也有长有短。

如果一旦发生了这种情况,而不及时检查治疗,不仅会影响夫妻间的正常性生活,还会影响彼此的感情。

引起性交疼痛的原因很多,除了生殖器官和泌尿系统的各种疾病以外,还与女性的卵巢疾病有关。 例如卵巢巧克力囊肿,它是子宫内膜异位症中最常见的一类,由于这种囊肿内潴留的陈旧血瘀如巧克 力糊状的颜色,故称它为巧克力囊肿。

患了巧克力囊肿的女性常有痛经、性交痛、经血量改变等症状。

性交时会感到剧烈的疼痛,甚至会出现月经增多、经期延长或经前点滴出血。

囊肿一旦破裂,可伴有剧烈的刀割样的下腹痛,呈急腹症症状。

疼痛常从一侧开始,后扩散至全下腹,其剧烈程度常常超过其他原因引起的妇科急腹症,并往往伴有 肌紧张、反跳痛等腹膜刺激征。

另外,性交疼痛也有可能是卵巢肿瘤引起的。

卵巢良性肿瘤约占95%,恶性肿瘤占全部妇科肿瘤的5%。

一般来说,良性卵巢肿瘤并不影响性功能。

# <<养好卵巢女人不老>>

### 编辑推荐

《养好卵巢女人不老(畅销升级版)》是图说生活之一。

# <<养好卵巢女人不老>>

### 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