

<<家庭医生1001问>>

图书基本信息

书名：<<家庭医生1001问>>

13位ISBN编号：9787563421206

10位ISBN编号：7563421203

出版时间：2005-9

出版时间：延边大学出版社

作者：王国防

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>

<<家庭医生1001问>>

内容概要

感冒患者的饮食宜忌有哪些？

气管炎患者的饮食宜忌有哪些？

儿童发热时如何正确处理？

哪些食疗法可以治疗高血压？

如何预防低血压？

老人选用补品应注意什么？

血脂高的老人能不能喝牛奶？

.....这些问题都是广大家庭日常生活中最常见的问题，如何处理这些问题，本书都将给你一个正确的答案。

自测、自疗、急救、预防、护理、保健.....一切尽在你的掌握之中！

家庭医疗首选读本，健康生活轻松搞定！

本书共分家庭常见病防治知识、家庭急救知识、家庭用药知识、家庭护理知识、家庭保健知识六大篇章，在家庭常见病防治知识的篇章中又分有内科常见病防治、外科常见病防治、妇科常见病防治、男科常见病防治、儿科常见病防治、皮肤科常见病防治和五官科常见病防治七个小节，汇集数百种家庭常见病的防治知识，并且对每一种病的病因、症状、西医治疗法、中医治疗法、食疗法、饮食宜忌、如何预防及生活护理都做了详细的阐述，不仅是每个家庭生活中的百科全书，同时也是基层医务人员的参考工具书。

书籍目录

第一章 女性生理知识女性身体有什么特点? / 1为什么现代女性应该了解自己的生殖器官? / 2女性的外生殖器包括哪些? / 3女性内生殖器包括哪些? / 4处女膜的结构是怎样的?它有什么作用? / 5性交后和生育后的处女膜有何变化? / 6生殖器官发育异常有哪些? / 6哪些生殖器官先天性畸形将影响婚育? / 7子宫的结构是怎样的? / 7子宫的生理功能有哪些? / 8子宫发育异常对生育有什么影响? / 8卵巢在人体中有哪些功能? / 8输卵管在人体中有哪些功能? / 9什么是先天性无阴道?这种情况能结婚生育吗? / 9女性的性敏感区在哪里? / 10女子最敏感的性感部位在哪里? / 11月经是怎么回事? / 11女性尿道与男性尿道有什么区别? / 11女性骨盆与男性骨盆有什么区别? / 12女性的乳房有哪些特征? / 12女性乳房的构造是怎样的? / 12女性的白带是怎么回事? / 13女性一生的生理周期有什么特点? / 13第二章 青春期保健知识一、青春期生理卫生保健什么是青春期? / 15青春期少女有哪些生理特点? / 15女性第二性征主要表现在哪几个方面? / 16月经初潮后行经有什么特点? / 17初潮护理应当注意什么? / 18什么是性早熟? / 18少女多毛是什么原因? / 18不长阴毛是什么原因? / 19乳房发育有哪几个阶段? / 19乳房偏小会影响以后婚育吗? / 20乳房一大一小怎么办? / 20如何做好青春期的乳房保健? / 21戴胸罩有什么好处?如何正确佩戴胸罩? / 22青春期出现乳房肿块怎么办? / 22为什么少女不宜束腰? / 23青春期女孩泌乳是怎么回事? / 24月经期可能出现哪些反应? / 24月经期乳房胀痛是怎么回事? / 25月经期体育锻炼有哪些好处? / 25月经期体育锻炼应注意哪些事项? / 25如何做好月经期的饮食调养? / 26月经期应注意哪些饮食宜忌? / 26月经期保健应注意哪些问题? / 27月经期为什么易患生殖道感染? / 28如何清洁外阴? / 28如何预防外阴感染? / 29如何保护好自己外生殖器? / 29什么情况下会出现白带异常? / 30如何正确选择卫生巾? / 31如何判断月经量是否正常? / 31青春期如何进行营养调护? / 32青春期少女须做哪些健康检查? / 33青春期少女如何观察自己的性成熟状况? / 34青春期少女如何克服性冲动? / 34二、青春期心理保健青春期少女有哪些心理特点? / 36青春期少女有哪些心理矛盾? / 36青春期少女心理健康的标准是什么? / 37如何克服青春期“抑郁症”? / 38青春期为什么容易产生逆反心理? / 39如何看待青春期逆反心理? / 40为什么青春期少女情绪常不稳定? / 40月经初潮容易给少女带来哪些心理波动? / 41影响青春期少女情绪的不良因素有哪些? / 41如何控制不良情绪? / 43如何正确面对挫折? / 44如何建立自信心? / 44少女如何克服社交羞怯心理? / 45青春期的性心理特点有哪些? / 46青春期有哪些性心理表现? / 46青春期的性意识的发展分为哪几个时期? / 47什么是性兴趣? / 48为什么会产生青春期困惑? / 49性梦是怎么回事? / 49如何正确看待手淫? / 50过度手淫有什么危害? / 50怎样才能戒除手淫? / 51青春期少女如何防止神经衰弱? / 51如何进行自我心理健康保健? / 53第三章 恋爱与新婚少女出现早恋的原因有哪些? / 54如何解决单相思? / 54少女应怎样与异性交往? / 55和异性交往有什么意义? / 55少女在择偶中有哪些心理类型? / 56青年恋爱时的心理是怎样的? / 57恋爱中的女性怎样把握自己? / 58怎样对待恋爱中的性接触? / 58少女如何预防失身? / 59少女“失身”会对心理上造成哪些不良影响? / 59为什么说未婚先孕有碍女性的身心健康? / 60失恋少女如何做好心理调适? / 60爱情的发展分哪几个阶段? / 61怎样做个成功的爱人? / 62女性婚前保健有哪些特点? / 62为什么要做婚前检查? / 63婚前检查的内容有哪些? / 64姑娘为什么不要忌讳性器官的检查? / 65患有哪些疾病暂时不能结婚? / 66哪些疾病可结婚但不可生育? / 67最适合结婚的年龄是多大? / 68怎样合理安排婚期? / 69结婚前该做好哪些准备? / 70新婚之夜新娘应注意什么? / 70新婚如何克服性恐惧? / 71新婚第一夜性生活容易失败的主要原因有哪些? / 71新婚性生活处女膜破裂出血怎么办? / 71新婚第一次性交“未见红”的原因是什么? / 72新婚性生活卫生应注意什么? / 72什么是爱液? / 73新婚期性交后阴道出血的原因是什么? / 73怎样防治新婚期性交后阴道出血? / 74为什么有的新娘会发生房事晕厥症? / 74为什么女性会在性生活中呻吟? / 75为什么有些女性性生活后会发腹痛? / 75为什么有些女性会出现性交疼痛? / 76为什么有些新娘会对精液过敏? / 77为什么有些女性性生活后会出现乳房疼痛? / 78什么是性红晕? / 79为什么女性喜欢抚摸和拥抱? / 79女性性冲动时有哪些特点? / 80性生活中不同的阶段有哪些不同的心理体验? / 81女性性高潮有哪些具体表现? / 82一般情况的性交体位有哪些? / 83不同体型的女性适合采取什么性交体位? / 84特殊情况时宜采取哪些性交体位? / 85不同心理状态的女性适合采取什么性交体位? / 85性生活对女性有哪些益处? / 86怎样取得和谐的性生活? / 87为什么新娘容易患蜜月性膀胱炎? / 88怎样防治蜜月性膀胱炎? / 88怎样防治新婚阴道炎? / 89新婚蜜月如何注意外阴卫生? / 89新婚期间新娘如何注意饮食调理? / 90新婚体虚的女性如何进行食补?

/ 91第四章 计划生育与优生优育一、女性避孕常识避孕有哪些方法? / 93未婚女性如何避孕? / 94新婚期应该如何避孕? / 95口服避孕药有什么利弊? / 95怎样使用口服避孕药? / 96怎样选择避孕药? / 97避孕药漏服怎么办? / 97避孕药应避免与哪些药物合用? / 98服用避孕药应注意哪些问题? / 98如何使用长效避孕针? / 99使用长效避孕针有什么利弊? / 99哺乳期妇女如何避孕? / 100人工流产术后应该怎样避孕? / 100更年期妇女如何避孕? / 100使用宫内节育器有什么利弊? / 101放置宫内节育器后月经增多的原因是什么? / 102什么时间适宜放置宫内节育器? / 102放置宫内节育器后需要注意什么? / 103哪些妇女不宜上避孕环? / 103女性外用避孕药物有哪些? / 103怎样使用女性外用避孕药膜? / 104怎样使用女性外用避孕药栓? / 104怎样使用女性外用避孕药膏? / 104什么是皮下埋植避孕? / 105什么是安全期避孕? / 105什么情况需要紧急避孕? / 106避孕失败后的补救方法有哪些? / 106怎样防止避孕失败? / 107患哪些疾病的妇女应特别注意避孕? / 107患慢性病妇女如何避孕? / 107更换避孕方法应该注意哪些事项? / 108女性绝育术的种类有哪些? / 109如何选择输卵管结扎术的时间? / 110二、人工流产常识什么是人工流产? / 111早期人工流产和中期引产有什么区别? / 111人工流产前怎么准备? / 111什么时间最适宜人工流产? / 112人工流产有哪些综合反应? / 112哪些人不宜做人工流产? / 113人工流产可能发生哪些不良反应? / 113人工流产后要注意哪些问题? / 114人工流产后为何月经不调? / 114人工流产后多长时间才能过性生活? / 115人工流产为何会引起不孕? / 115如何预防人工流产所致不孕症? / 116人工流产后不孕怎么办? / 116第一胎人工流产对以后孕育有何影响? / 117哪些人第一胎流产应慎重? / 118多次做人工流产对身体有什么危害? / 118人工流产与药物流产哪个好? / 119哪些人可以选择药物流产? / 119哪些人不宜做药物流产? / 120如何进行药物流产? / 121药物流产有什么副作用? / 121药物流产后为什么月经不正常? / 122药物流产后怎样避免感染? / 122药物流产后应该怎样调养? / 123流产后应隔多长时间再怀孕? / 124中期引产有哪些方法? / 124三、优生优育常识什么是优生?怎样才能做好优生? / 125女性最佳生育年龄是多大? / 125妇女在哪些情况下不宜怀孕? / 126如何调整好排卵期的精神状态? / 127如何掌握好受孕规律? / 128什么时间怀孕最好? / 129高龄孕妇怎样才能生健康宝宝? / 129哪些疾病应在怀孕前彻底治好? / 130遗传病有什么特点? / 131如何预防遗传病? / 131不宜生育的遗传病有哪些? / 132遗传病与胎儿性别有什么关系? / 132癫痫病人能不能怀孕? / 133心脏病患者可以怀孕吗? / 134生育过遗传病儿的女性怎样生育正常儿? / 135禁止近亲结婚有什么科学道理? / 136优生的五要素是什么? / 137第五章 孕产期保健知识一、孕前保健什么是孕前咨询? / 138女性在怀孕前应做好哪些准备? / 138为什么孕前要注意营养? / 139孕前应补充哪些营养素? / 139为什么孕前要忌烟? / 142 为什么孕前要忌酒? / 142为什么孕前要远离毒品? / 142为什么怀孕前要谨慎用药? / 143怀孕前应该有哪些心理准备? / 143如何实现高质量的受孕? / 144二、孕期保健怀孕的第一信号是什么? / 145怀孕都有哪些迹象? / 145月经过期能肯定就是怀孕了吗? / 146根据基础体温能否判断已经怀孕? / 146什么是妊娠早期反应? / 147怀孕何时到医院检查? / 147出现妊娠早期反应后应怎样调整饮食? / 147怀孕早期为什么会发生呕吐? / 147发生孕期呕吐怎么办? / 148怀孕后乳房有什么变化? / 148怀孕后体重有什么变化? / 149怀孕后皮肤有哪些变化? / 149妊娠期阴道有哪些变化? / 150孕妇呼吸功能有哪些变化? / 150怀孕后心血管系统有哪些变化? / 150怀孕后肠胃系统有哪些变化? / 151怀孕后骨骼系统有哪些变化? / 152妊娠几个月时能看到孕妇腹部增大? / 152孕妇什么时候开始感到胎动? / 153孕妇散步有什么好处? / 153孕妇骑车有什么讲究? / 154哪些孕妇不宜参加运动? / 155孕妇在居住方面应注意哪些? / 155夏季孕妇在生活上应注意什么? / 156冬季孕妇在生活上应注意什么? / 157孕妇应避免哪些家务劳动? / 157孕妇为什么应该经常洗澡洗头? / 158孕妇应该如何安排睡眠? / 158孕妇躺卧什么姿势为宜? / 159孕妇为何不宜睡席梦思床? / 159为什么孕妇不宜去人多的地方? / 160孕妇能否参加体育运动? / 160孕妇坐、站立和行走时应注意哪些? / 161为什么孕妇不宜睡电热毯? / 161为什么孕妇不宜多进行日光浴? / 162为什么孕妇不宜长时间看电视? / 162为什么孕妇不宜长时间吹电扇? / 163孕妇妊娠期怎样保养皮肤? / 164孕妇妊娠期怎样保护好头发? / 164孕妇妊娠期怎样保护口腔卫生? / 165孕妇妊娠期沐浴应注意什么? / 165孕妇接触小动物对妊娠有何影响? / 166孕期不宜常用化妆品吗? / 167孕期经常操作电脑对胎儿有不良影响吗? / 168孕期为何要避免噪音污染? / 168怀孕晚期为何不宜长时间坐车? / 168如何提高孕妇的睡眠质量? / 169为什么孕妇不能多闻汽油味? / 169孕妇为什么不宜穿紧身衣裤? / 169妊娠期应注意哪些乳房卫生? / 170妊娠期应回避哪些工作? / 170孕妇做B超检查对胎儿有害吗? / 171孕妇为什么不宜游泳? / 171孕妇能坐飞机吗? / 172孕妇为什么不宜大笑? / 172孕妇为什么不宜久坐久站? / 172孕妇为什么不宜染发烫发? / 173孕妇应穿什么样的鞋? / 173孕妇

为什么不宜穿高跟鞋? / 174孕妇为什么不宜忽视睡午觉? / 174孕妇乳房为什么不宜刺激? / 175怎样做孕妇体操运动? / 175孕妇做饭应注意哪些问题? / 176孕妇为什么不宜用手机? / 176怎样调节孕妇的消极情绪? / 177孕妇的情绪对胎儿有什么影响? / 178孕妇提取重物应注意哪些事项? / 178为什么孕妇居室不宜放花草? / 178为什么孕妇性生活不宜过频? / 179孕早期应做好哪些保健? / 179中期应做哪些保健? / 180孕后期应做哪些保健? / 180产前检查有什么好处? / 181孕妇为什么不宜做CT检查? / 181孕妇洗衣服时应注意哪些问题? / 181孕妇妊娠期性欲有什么变化? / 182孕妇妊娠期采用哪些姿势性交比较好? / 182孕妇性高潮会引起流产吗? / 183孕妇为什么不宜打麻将? / 183孕妇为什么不宜涂指甲油? / 184孕期中危险信号有哪些? / 185怎样给孕妇增加营养? / 185维生素对孕妇有哪些保健作用? / 186不同维生素的主要来源有哪些? / 187孕妇为什么爱吃酸的食物? / 188孕妇为什么营养要适度? / 189孕妇为什么不要多吃菠菜? / 189孕妇为什么少吃山楂食品? / 189孕妇为什么不宜多吃方便食品? / 190孕妇为什么不要多吃水果? / 190怎样安排孕期饮食? / 190孕妇吃得太多有哪些坏处? / 191孕妇偏食有何危害? / 192孕妇为什么不宜多吃油条? / 192孕期补钙对胎儿有益无害吗? / 192为什么说孕妇喝牛奶胎儿受益多? / 193孕妇多吃酸性食品为什么不好? / 194孕妇为什么不要多吃冷饮? / 194孕妇如何选择饮料? / 194孕妇为什么不宜喝浓茶? / 195孕妇喝酸牛奶有什么好处? / 195为什么孕妇忌吃火锅? / 196孕妇发生感冒怎么治疗? / 196孕妇怎样防治妊娠期贫血? / 196孕妇发热常见于什么情况? / 197孕妇便秘怎么办? / 197孕妇便秘对饮食有什么要求? / 198孕妇妊娠期感染有哪些危害? / 198孕妇出现皮肤痒疹怎样治疗? / 199孕妇患静脉曲张应怎么办? / 199为什么孕妇容易发生小腿抽筋? / 200孕妇发生尿频怎么办? / 200为什么孕妇会腰背痛? / 201孕妇为什么会手掌麻木和足部水肿? / 202孕妇发生水肿怎么办? / 202孕妇怎样避免头晕目眩? / 203孕妇为什么有时会感到心慌气短? / 203孕妇为什么不宜盲目打预防针? / 203孕妇腹胀腹泻吃哪些食物好? / 204孕妇发生腹痛怎么办? / 204孕妇妊娠期可以用药吗? / 205 孕妇忌用的中药有哪些? / 205孕妇忌用的中成药有哪些? / 206哪些西药对胎儿有影响? / 207哪些西药对孕妇有影响? / 207三、分娩期保健何时到医院住院待产? / 209高危孕妇为什么要早些时间入院? / 210妊娠末期为什么不宜过早休息? / 210孕妇在临分娩前宜吃哪些食物? / 211分娩过程中要有多少次疼痛? / 211阴道分娩要经历哪些过程? / 211如何减轻分娩疼痛? / 212临产产妇大便应注意什么? / 213第一产程需要注意什么? / 213第二产程中孕妇应怎样配合? / 214产妇的精神准备对分娩有何影响? / 215孕产妇怎样做才能有利顺产? / 215分娩时产妇大喊大叫有什么危害? / 216哪些技巧可以减轻分娩疼痛? / 217自然分娩有什么好处? / 217什么是剖宫产? / 218什么情况下选择剖宫产? / 218剖宫产术后要注意什么问题? / 218怎样看待会阴切开术? / 219会阴侧切术会影响性生活吗? / 220如何预防产后出血? / 220四、产褥期保健什么是产褥期? / 222正常产褥期有哪些变化? / 223产后需要注意哪些问题? / 223产后要注意哪些卫生? / 224产后要做哪些检查? / 225产后乳房有什么变化? / 226产后怎样护理乳房? / 226产妇月子里为什么不要完全卧床? / 227产妇为什么不宜睡席梦思床? / 228产妇月子里能不能洗澡? / 228产妇月子里能不能刷牙? / 228产妇月子里能不能梳头? / 229产妇多长时间可以劳动和工作? / 229产妇月子里能看电视吗? / 229产后怎样美容美发? / 229什么是产褥中暑? / 230怎样预防产褥中暑? / 230产妇什么情况下可运用腹带? / 231产妇怎样做产褥期康复体操? / 231产后做体操应注意什么? / 232产妇能吹电风扇吗? / 233热水泡脚对产妇有哪些好处? / 233产妇应如何采取睡卧姿势? / 234产后多长时间可以性生活? / 234怎样预防产后乳房下垂? / 235产后怎样恢复体形? / 235五、哺乳期保健母乳喂养对妈妈有哪些优点? / 239母乳喂养对宝宝有什么好处? / 239怎样才能使奶水增加? / 240妈妈的情绪会影响奶水量吗? / 240奶水多少与乳房大小有关吗? / 240怎样让宝宝吮吸好妈妈的乳头? / 240为什么喂奶时要把一侧的奶喂完后再换另一侧? / 241哺乳期奶胀怎么办? / 241怎样手工挤奶? / 241哺乳期为什么会发生乳头皲裂? / 242乳头皲裂怎么办? / 242哺乳应注意哪些问题? / 243哺乳喂养的正确姿势有哪些? / 243妈妈患哪些疾病不宜母乳喂养? / 244哺乳期感冒能否喂奶? / 245哺乳期用药需注意什么? / 245哺乳期怎样护理乳房? / 246怎样预防哺乳期急性乳腺炎? / 247哺乳期为什么要注意补铁? / 247哺乳期为什么要注意补钙? / 248哺乳妇女为什么宜补碘? / 248乳汁不足宜吃哪些食物? / 249哺乳妇女为什么吃公鸡好? / 249哺乳妇女为什么要注意补充蛋白质? / 249哺乳妇女为什么不宜喝麦乳精? / 250哺乳期如何避孕? / 250如何正确的给宝宝断奶? / 250母乳喂养会影响妈妈的体形吗? / 251第六章 更年期与老年期保健什么是更年期? / 252妇女的更年期可持续多长时间? / 252更年期妇女的内分泌有哪些变化? / 252更年期妇女的月经有哪些变化? / 253更年期妇女的植物神经系统有哪些变化? / 254更年期妇女的心理特点有哪些? / 254更年期妇女的健康生活方式包括哪些?

/ 255更年期妇女营养需要的特点有哪些? / 256更年期妇女如何合理地安排一日三餐? / 257更年期可进食哪些健康食品? / 258更年期妇女怎样补钙? / 259更年期服用维生素E有什么好处? / 259更年期妇女怎样合理安排生活? / 259哪些体育活动适合更年期妇女? / 260更年期妇女参加体育活动应遵守什么原则? / 261更年期妇女怎样保证充足的睡眠? / 262怎样做好更年期的心理保健? / 263更年期妇女怎样调整自己的情绪? / 263更年期妇女为什么要定期进行健康检查? / 264更年期妇女为什么要重视妇科防癌检查? / 264更年期妇女应注意哪些危险症状? / 265更年期妇女应如何注意个人卫生? / 265更年期妇女性生活应注意哪些问题? / 266更年期妇女还需要避孕吗? / 267怎样预防更年期肥胖? / 267妇女绝经后要取出宫内节育器吗? / 267老年女性宜进行什么运动?在运动时应当注意哪些问题? / 268老年妇女为何易患骨质疏松症? / 268老年妇女如何预防骨质疏松? / 269老年妇女如何进行乳房保健? / 269为什么老年妇女阴道出血不容忽视? / 270老年人如何延缓大脑的退化? / 270为什么老年适度性爱能益寿? / 271第七章 女性常见病防治与保健妇科病有哪些主要症状? / 272妇科检查包括哪些主要内容?检查的目的是什么? / 272白带异常与哪些妇科病有关? / 273哪些妇科疾病可引起急性下腹痛? / 274腰痛与哪些妇科疾病有关? / 275女性为什么易患缺铁性贫血?应如何预防? / 275妇科炎症有什么特殊表现? / 275如何预防妇科感染? / 276妇女外阴部为什么容易发生炎症? / 277如何防治外阴炎? / 277外阴瘙痒是怎么回事?应如何预防? / 278糖尿病患者为何容易发生外阴炎?应如何预防? / 278什么是痛经?引发痛经的原因是什么? / 278如何治疗和预防痛经? / 279什么是月经不调? / 280什么原因能引起月经过多?月经过多如何处理? / 280月经过少是怎样引起的?如何预防月经过少? / 281月经过频是怎样引起的?需要治疗吗? / 282月经周期延长是怎样引起的?需要治疗吗? / 283什么是“倒经”?如何治疗? / 283什么是功能性子宫出血?功能性子宫出血是怎样引起的? / 284青春期少女患了功能性子宫出血怎么办? / 285怎样预防青春期功能性子宫出血及其并发症? / 285更年期功能性子宫出血应如何治疗? / 286女子18岁后还不来月经有哪些可能? / 287原发性闭经患者该怎么办? / 287继发性闭经的原因有哪些?出现继发性闭经怎么办? / 287子宫性闭经最常见的原因有哪些?如何预防? / 288营养不良的妇女为什么会闭经?如何防治? / 289滴虫性阴道炎是怎么回事?如何防治? / 290霉菌性阴道炎是怎么回事?如何防治? / 291外阴白斑是怎么回事?如何防治? / 291老年性阴道炎有哪些不适?如何治疗? / 292阴虱病是怎么回事?如何治疗? / 292什么是宫颈糜烂? / 293引起宫颈糜烂的原因有哪些? / 293宫颈糜烂的治疗方法有哪些? / 294盆腔炎是怎么回事? / 294盆腔炎有哪些症状? / 294盆腔炎有什么危害? / 295如何预防盆腔炎? / 295如何治疗盆腔炎? / 295什么是附件炎?引起附件炎的原因有哪些? / 296输卵管不通有办法治疗吗? / 296生殖器官炎症是怎样引起的?怎样预防? / 297什么是非特异性阴道炎? / 298如何治疗非特异性阴道炎? / 298怎样正确使用阴道坐药? / 299经常用高锰酸钾溶液清洗外阴有什么害处? / 299性传播性疾病有哪些类型? / 300性传播性疾病是通过什么途径传播的? / 300性病可能有哪些表现? / 301性病会有哪些严重后果? / 302如何预防性传播疾病? / 302外生殖器出现水疱是性病吗? / 302接触性病者后怎么办? / 303引起女性不孕的原因有哪些? / 303宫外孕是怎么回事?如何预防宫外孕? / 304女性不孕症的妇科检查有哪些? / 305监测排卵的方法有哪些? / 305诱导排卵的药物有哪些? / 306治疗女性不孕常用什么方法? / 306什么叫高危妊娠? / 307高危孕妇的处理原则是什么? / 307什么是流产?流产有哪些类型? / 307怎样防止流产? / 308什么是妊娠高血压综合征?有哪些主要表现? / 309怎样预防妊娠高血压综合征的发生? / 310怎样治疗妊娠高血压综合征? / 310什么是前置胎盘?前置胎盘对母儿有什么影响? / 310如果是前置胎盘应注意什么? / 311什么是胎盘早剥?胎盘早剥对母儿有什么影响? / 311发生胎盘早剥时要注意什么? / 312什么是更年期综合征? / 312妇科肿瘤有哪些表现? / 313女性生殖器官常见的良性、恶性肿瘤有哪些? / 313为什么女性生殖器官肿瘤的发病率高? / 314什么是子宫肌瘤?该病有哪些临床表现? / 314怎样治疗子宫肌瘤? / 315哪些子宫肌瘤需要手术? / 316哪些女性易患宫颈癌? / 316宫颈癌治疗方法有哪些? / 317卵巢肿瘤可发生哪些并发症? / 317如何治疗卵巢肿瘤? / 318卵巢肿瘤可以预防吗? / 318哪些妇女易患乳腺癌? / 319乳腺癌有哪些表现? / 320怎样预防乳腺癌? / 320第八章 女性日常生活保健为什么幼女不宜使用化妆品? / 322少女佩戴胸罩应注意什么? / 322为什么少女不宜穿牛仔裤? / 322女性洗头应注意什么? / 323为什么不宜长时间穿瘦身衣? / 323围围巾时把口鼻围上有什么不好? / 324为什么卫生护垫不宜长期使用? / 324为什么夏天不宜穿长筒袜? / 324如何选择合适的胸罩? / 325乳罩不合适易引起什么问题? / 326为什么妇女不应当经常穿着化纤内裤? / 327女性内衣的清洁应注意哪些问题? / 327妇女便后应当向哪个方向擦拭? / 328月经期可以洗澡吗?有什么禁忌? / 328女性如何选购卫生巾? / 328使用卫生栓应注意什么? / 329女性洗桑

拿浴有什么好处?人人都能洗桑拿浴吗? / 329洗冷水浴有什么好处?哪些人不宜洗冷水浴? / 330月经期生活上要注意些什么? / 330月经期为什么要禁止性交? / 331为什么说便前洗手也很重要? / 331女性常打麻将将对健康有何危害? / 331女性吸烟有何危害? / 332为什么说女性酗酒危害大? / 332女性在什么时候不宜喝浓茶? / 333女性为什么不宜吃煎炸烧烤食品? / 333女性在外出旅游时应如何自我保护? / 333手淫对女性有何危害? / 334夏日着装有哪些禁忌? / 334什么是正确的站立姿势? / 335如何保持端庄的坐姿? / 336女性与人交往时应注意哪些问题? / 336走亲访友应注意哪些礼仪? / 337第九章 女性健美、瘦身与美容
女性健美有哪些标准? / 338女性健美有哪些方法? / 338女性怎样选择健美运动量? / 339女性健美运动选择什么时间? / 339女性健美运动过程中如何调节饮食? / 340女性应特别注意哪些部位的健美? / 340女性健美运动要注意什么? / 341月经期可以进行健美锻炼吗? / 341哪些蔬菜有健美作用? / 342哪些水果是健美佳品? / 343为什么晨起饮水有利健美? / 343青春期女性随意吃零食为何不利健美? / 344为什么说细嚼慢咽有利健身和美容? / 345青年女性如何控制身体发胖? / 346节食减肥、防肥应掌握什么原则? / 347不吃早餐的减肥方法为何不可取? / 348为什么说常洗热水澡能减肥? / 349减肥者应选择哪些有氧运动? / 350青春期女性如何保持身材苗条? / 351为什么说适度丰满有利健美? / 352为使胸部健美应采取哪些锻炼? / 353怎样做胸部健美操? / 353女性丰乳应采取什么措施? / 354怎样保持乳房健美? / 355怎样减臀围? / 355怎样使腰部健美? / 356怎样使腹部健美? / 357怎样使颈部健美? / 357怎样使手臂健美? / 358怎样使腿部健美? / 358做健美操应注意哪些事项? / 359护肤的关键是什么? / 359哪些不良习惯有碍护肤? / 360怎样根据季节不同进行护肤? / 360怎样根据自己的脸型化妆? / 361女性眼睛化妆有何技巧? / 362化妆时如何修饰眉毛? / 363鼻部化妆时应注意什么? / 363唇部化妆应掌握哪些技巧? / 364为什么不宜经常浓妆艳抹? / 365为什么不宜久用口红? / 366油性皮肤的保养应注意什么? / 366干性皮肤的保养应注意什么? / 367怎样根据自己的皮肤选用清洁品? / 367怎样使用清洁霜美容? / 368面部患有皮肤病使用化妆品要注意什么? / 369如何保护好自已的头发? / 369怎样才是正确的梳头方法? / 370不同的发质梳理时应注意什么? / 370哪些女性不宜留长发? / 371预防鱼尾纹应注意哪些事项? / 371预防皱纹不宜忽视哪些事项? / 372使用香水应注意哪些事项? / 372

章节摘录

书摘6.性交后和生育后的处女膜有何变化? 处女初次性交, 男性的阴茎插入女性的阴道时, 常将处女膜顶破而形成裂口。

处女膜的裂口往往是多发的, 从中心部向四周呈放射状延伸, 由于男性阴茎进入的方向一般是向下向内的, 故裂口在阴道口两侧下方处较深, 可达基底部, 称为完全性破裂。

有时由于性交时男方用力过猛, 可使附近的阴道壁也有裂伤。

生育过的妇女, 由于胎儿经阴道娩出, 使处女膜进一步破损, 以致残缺不全, 有时仅留下几个残存的突起, 称处女膜痕。

如果是剖宫产分娩的, 因婴儿是从下腹部切口处娩出, 不通过阴道, 则处女膜仍保持婚后的形状。

7.生殖器官发育异常有哪些? 生殖器官发育异常包括生殖器官畸形和两性畸形。

生殖器官的畸形包括处女膜闭锁、先天性无阴道以及子宫畸形。

处女膜闭锁一般多在青春期开始行经时发现。

闭锁的处女膜使经血无法流出, 造成阴道积血、子宫积血, 甚至可能倒流腹腔。

本病经检查很容易确诊, 因此如果到该来月经的年龄而月经不来潮, 却有周期性下腹疼痛, 应去医院检查。

确诊后经处女膜切开可恢复正常。

先天性无阴道多数并发先天性无子宫, 也有个别有子宫的。

本病通常无明显不适, 就诊的主要原因多为闭经和婚后无法进行性生活。

可通过人工阴道成形术解决性生活的问题。

子宫畸形多在出现流产、不孕时以及分娩时被发现, 根据畸形的程度不同, 生育会受到一定程度的影响。

P6-7

媒体关注与评论

书评作为女性，你了解自己的身体吗？

知道该如何自己检查身体健康吗？

知道该孕期该注意什么吗？

这本书里有女性所关心的各个生理时期所面临的健康问题，从青春期、少女期、孕期、更年期等多个阶段详细列举了各类女性应该了解的保健常识，可以说是女性保健全书。

编辑推荐

随着社会的发展和人类的物质文化生活水平的提高。

人们越来越注重追求健康和美丽，女性更是如此，如何保健成了女人共同关注的一个话题。

为了满足广大女性日益增加的保健需求。

我们组织人员编写了这本《女性保健1001问》。

本书面向现代女性，本着为广大妇女姐妹提供健康、保健咨询服务为过旨。

以推广普及女性生殖健康科普知识，提高现代女性自我保健能力为目的。

围绕女性一生不同生理时期的生理、心理特点及其保健需求与常见的健康问题，针对现实生活中女性所关注的问题，全面系统地介绍了女性所关心的各个生理时期所面临的健康问题及保健知识。

从女性生理知识、青春期保健知识、恋爱与新婚、计划生育与优生优育、孕产期保健知识、更年期与老年期保健、女性日常生活保健、女性健美、瘦身与美容等10多个方面，做了深入浅出、简明扼要的阐述，不仅内容丰富，而且更贴近现代女性的生活；不仅是广大女性的保健全书，同时也是每个家庭现代生活中的健康工具书。

本书在编写过程中力求避免枯燥乏味的理论，偏重于实用参与和指导。

采用一问一答的形式，融知识性、科学性、实用性与趣味性于一体。

避免了冗长的说教。

使全书显得科学、实用、简便、通俗，不仅适用于各个文化阶层。

不同年龄段的广大女性阅读，而且还有利于您快速选择自己所需要的内容。

随着人们保健意识的提高，我们相信这本《女性保健1001问》会成为广大女性姐妹的良师益友，同时也欢迎为人子、为人夫、为人父的男性读一读，以便更好地孝敬自己的母亲、关爱自己的妻子和女儿，保障她们的健康，促进现代家庭生活质量的提高。

由于我们的水平有限，在编写过程中难免会有一些纰漏和不足，望广大读者不吝赐教，提出宝贵意见，以便再版时修正。

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>