

# 《夫妻生活手册》

## 书籍信息

版次：1

页数：256

字数：154000

印刷时间：2000年09月01日

开本：

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787800657016

丛书名：婴儿与母亲系列丛书

## 编辑推荐

婴幼儿是祖国的未来和希望。如何科学地抚养婴幼儿，使婴幼儿健康快乐地成长\*终成为国家对未来的栋梁之材，并使人类的伟大哺育者——母亲一生健康、幸福，这是每个国家、每个民族、每个家庭都十分关心的事情。

## 内容简介

选择适当的对象和充分的婚前准备是夫妻关系美满的主要开端：选择和决定对象，包括自己明了本身所期待的对象的造型和对对方的了解程度。其中应由婚前男女交往关系中获得较明确的选择和决定。婚前的准备宜有充分的时间以臻其效。结婚必须是有意愿、有能力和计划的契约行为。结婚开始发挥有效的夫妻生活功能，减轻和改善规律关系的困扰，是夫妻应切实合作努力实行的。

## 目录

### 第一篇 夫妻性生活

美满婚姻的导向

追求和谐的婚姻生活

性的调适（一）

性的调适（二）

什么是女性性高潮

男性高潮障碍（一）——早泄

男性高潮障碍（二）——迟滞射精

你为什么不行？大半是心理因素作祟

女性性生理

揭开女性性冷淡的面纱

何谓同房后试验

女性生殖器官解剖

生男乎？生女乎？

关心您的丈夫——先生太瘦怎么办？

### 第二篇 喂哺母乳与乳房护理

不要放弃您和婴儿的权利——谈喂哺母乳

哺乳妈妈要注意营养

教你喂母乳

喂母乳时可以用药吗？

哺育奶粉该注意些什么？

何谓“带原者”——兼谈肝炎带原者的仍可喂母乳

多关心自己的乳房

女性乳癌自行检查法

四种新的乳癌外科手术

乳癌患者的心理适应与重建

母亲的乳腺炎及乳腺症

常见的乳房疾病

第三篇 健康的家庭生活

建立正确的饮食观念

早餐，忽视不得

如何保存食物的营养

不必太害怕胆固醇

减肥之道谈减肥饮食

一种最有益的健康习惯

简易的指压法

睡眠不足是美容的大敌

美容与毁容之间——小针美容·为害不浅

美容医学——青春痘新知

冬季护唇须知

如何松弛自己

怎样缓和紧张

疲劳会减损身体的功能

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www.tushupdf.com](http://www.tushupdf.com)