

The background of the entire cover is a soft, romantic illustration. It depicts a bride and groom in a wedding scene. The groom is on the left, leaning towards the bride on the right. They are surrounded by large, stylized flowers in shades of pink, red, and yellow. The overall color palette is warm, dominated by yellows, oranges, and pinks, creating a dreamy and celebratory atmosphere.

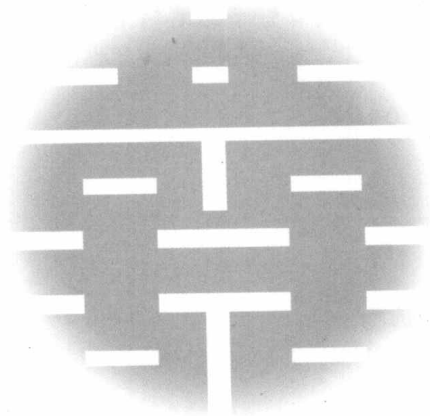
新婚礼品

喜庆鸾凤筑新巢

主编 文辉璧 王清儒
湖北人民出版社



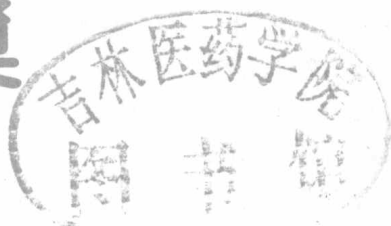
医药学院610 2 01374564



新婚礼品

喜庆鸾凤筑新巢

主编 文辉璧 王清儒
湖北人民出版社



鄂新登字 01 号
图书在版编目(CIP)数据

新婚礼品:喜庆鸾凤筑新巢/文辉壁 王清儒主编
武汉:湖北人民出版社,1997
ISBN 7-216-02079-0

- I. 新…
II. ①文…②王…
III. 生活—知识—普及读物
IV. Z228

新婚礼品:喜庆鸾凤筑新巢

文辉壁 王清儒 主编

出版: 湖北人民出版社
发行:

地址:武汉市解放大道新育村 33 号
邮编:430022

印刷:文字六〇三厂
开本:787 毫米×1092 毫米 1/16
字数:1723 千字
版次:1997 年 8 月第 1 版
印数:1-6 140
书号:ISBN 7-216-02079-0/Z·22

经销:湖北省新华书店
印张:48
插页:12
印次:1997 年 8 月第 1 次印刷
定价:99.00 元

编辑前记

作为本书的读者,你们已经迈入了婚姻的圣殿,在此首要的是祝福你们的结合。婚姻揭开了人生崭新的一页,并且相较于往日那种与甜蜜、快乐紧紧相伴的恋爱折磨,它更能使你们感到人生的安乐。婚姻是你们经历爱情漫长跋涉后到达的一个休憩的营地,是你们大力劳作后怡然进入的美妙梦乡。

恋爱是浪漫的,婚姻是甜蜜的。因爱而结合的你们将是多福的。但是,这并不意味着不需在此提及一个更为重要的事实,这个事实不但是我们编辑这本厚重的婚姻礼品书的主要原因,并且肯定也是你们在未来的日子里将深刻感受以致铭记于心的。那就是,婚姻也许使你们成为最幸福的一对,但这种幸福就如同世界上大多数事物一样并非坚不可摧,除非你们有力量始终保持而日益生辉。要想使你们的婚姻达到完美,你们还需付出艰辛的努力。

婚姻是人生最高深的一门独立的艺术,你若想完满地去掌握它该是何等的一件难事。任何爱情高手在婚姻方面也一如在威严的老师面前站立发抖的小学生,无论你在事业或是财富方面取得多么辉煌的成就,也不要指望能同样在婚姻上傲视一切、咤叱风云。婚姻之有人生“陷阱”之说,足见其对人生的影响力和驾驭它的难度。但是,恐惧是没有必要的。通常这门艺术可以通过不断地付出某种代价而得以学习和掌握。在婚姻学的讨论中,许多重要的有关如何营造和谐幸福婚姻的要义早已得到澄清和确立,剩下的只是由身在其中的你们根据自身状况加以灵活的

运用而已。

本书将对你有莫大的帮助。在本书中，提出和说明了许多保持和谐婚姻的规则。这些规则经过精选而得以清晰和愈显重要。需要提出的是，你们并非每天都要去拜读它且时时逐条加以实施，偶尔翻翻还是很有必要的。当你们的婚姻出现故障时，它会给你们指点迷津。尤其在婚姻最初的那几年——通常被专家称作“婚姻不适应期”的那段时期——你们就像突然被抛入一个陌生的地方那样，一时茫然不知方向；你们更像初组合的双打选手，要想成为一对黄金搭档还需长期的磨合。在性格、脾气、爱好、生活习惯诸方面多有差异的你们要想协调到和谐共存的状态，你们还将走一段很长的路。美满幸福的婚姻全靠你们共同去营造。婚姻就像人生盛宴中的一道最美味的大菜，流逝的岁月会不断冲刷它以致使味道慢慢变淡，你们需不断地添加佐料使它美味如初。

婚姻是我们必经的人生驿站，即使我们不是通过这种古老的习俗来完成整个人生义务，也唯有从它那里更为真切全面地发现人生并获得充盈的人生体验。相信自己，尽管不一定比别人做得更好，但也一定会是很了不起的。

婚姻艺术是生活艺术的一个组成部分。在未来漫长的两人相拥的岁月里，你们将面临一道难题：往日的那些受着激情感动的恋爱日子将逐渐被冗长无味的日常生活所代替，并且做为贪玩和贪图享乐的心性未尽成熟的你们，一当挽着对方在红地毯上溜了一遭之后，各自单身身份消失，你或他被“你们”所替，则也不可避免地要承担起新角色所赋予的责任和自己成为对方一偶所应尽的义务。这个“变化”既突然又充满矛盾，如果无法适应和处理纷至沓来的新的生活矛盾和问题，生活便会立即为无法忍耐的厌倦所环绕。在此，学习生活的艺术比单纯地谈情说爱更为重要。须知世人所谓相爱容易相处难，在多少个普通的家庭得以体现，如何将生活智慧贯穿于你们未来生活无论如何也是一件大事。

本书会为你提供某种心理上的支持和实际生活的帮助，虽

然在这个世界上决没有固定的生活模式或什么灵丹妙药,但就经验而言,它确是充满启迪且行之有效的。

——工作是实现人生价值和赖以生存的重要途径。一个事业有成的男子或女子不仅对社会有所贡献,对于他们的家庭也将施惠非浅。与工作、事业相关的是人的社会经验、良好精神品质的培养、对生存意义的领悟以及为人处世的技巧,这类知识和指导在本书中占有重要的地位。

——成家之后,生儿育女是你们下一个重大行动计划。母亲对于生育充满柔情,父亲则应予大力配合和支持。孩子是爱情的结晶,却是生活的拖累,这是一件多么不幸的事!许多夫妻都被照料孩子的重任压得喘不过气,双方之间常常不能相互给予足够的支持,这样给家庭造成新的矛盾和危机。如果夫妻能够互相交流,他们会发现他们相互增加了对对方的信心,会感到共同抚养孩子给他们的相互关系带来极大的丰富。另外,教育孩子良好地成长也是父母不可推卸的责任。在某种意义上说,不良后代多是他们那可怜的双亲由于忽略教育或教育方法不当所捣出来的。本书的相关知识会有助于你们在教育子女上避免陷入不幸的泥淖。

——性爱是你们夫妻生活一个独特的重要组成。除非在哪个方面出了问题,它带来的愉悦是促成你们维系美满婚姻关系的重要因素。值得注意的是,它一旦出现不谐,很容易使你们陷入困窘之中,因为在你们那儿,它常常是作为唯一坚定地保守着的隐私秘不示人。无论人们多么看重这个问题,公开谈论仍旧仿佛是一件丑事。其实,当问题出现时,除了专门的咨询机构和有经验的专家外,书本知识同样有助于你们了解自己的性爱状况和需要加以改善的地方。注意,性爱同样是心理上的渴求,在营造充满和谐和愉悦的性爱氛围方面,本书同样提出了有益的建议。

——你们当中还至少要有一个理财高手。目前,我们大多数人尚处于温饱状态,有限的收入将要维持家庭各个方面名目繁多的开支、支持家庭的发展计划。对此,别说一掷千金,就是一掷

百金也是行不通的。设法增加收入也是必要的,如果你们还远远没有达到钱多得令你们心惊肉跳的地步的话。多一点钱虽说不能从根本上改变你们,但至少能使你们保持镇静。

——也别小瞧吃喝拉撒这类生活小事,会生活的人并不拒绝把它们视为增添生活乐趣的一个门道。也许在事业上难求成功的男人最后一道防线就是回家烧一手好菜,这样至少在他妻子眼中是可爱的。

——闲暇时光如何度过?家庭成员生病怎么办?遇事怎样求助于法律上的帮助?如何在大自然寻求生趣……诸如此类的生活问题,在本书中俱有圆满的答案。

生活为你们拉开新的帷幕,美好未来在你们的脚下延伸。学习生活,享受生活!

愿你们的帆船驶入幸福的港湾,愿你们的情爱美满如初!

目 录

爱与婚姻

结婚是爱的归宿和升华

认识爱的真正含义[1]婚姻最大的阻碍源于幻灭[2]女子的专制和男人的畏缩[2]嫉妒和占有欲充满危险[2]语言表达所形成的障碍[2]不要按照自己想象中的形象去要求伴侣[3]亲如夫妇未必就有全面了解[3]正确理解夫妻平等[3]

共同生活的艺术

敞开夫妻之间的心扉[4]加强“夫妻语言”的修养[4]注意夫妻间的相互体贴[5]像朋友那样对待配偶[5]营造浪漫的爱情气氛[6]创造丰富多彩的家庭生活[6]妥善处理家庭人际关系[7]写出你的期望[7]试图划清责任范围[8]共同生活要有耐心[8]抛弃自以为特殊的毛病[8]不幻想完美的婚姻[9]避免产生“高原心理”[9]青年夫妇间易犯的十大错误[10]理想丈夫和理想妻子的资格[10]怎样做一个好妻子[10]怎样做一个好丈夫[13]拴住丈夫心的绝招[15]

避免危机 协调矛盾

婚姻旅途中的几个危险期[16]如何避免夫妻之间的争吵[17]夫妻之间吵架的规则[18]夫妻争吵后和好的秘诀[18]夫妻闹矛盾莫搞“性惩罚”[19]“分偶”的正负效应[19]怎样看待“情人”现象[19]“隐私”在夫妻生活中的地位[20]婚姻危机中的医学因子[20]婚姻破裂的先兆[21]妻子不应该成为的角色[21]丈夫不应该成为的角色[24]如何与神经质的丈夫相处[26]

礼仪修养

日常礼仪修养

称谓礼节[27]言谈要领[27]举止修养[27]男子风度[28]女士风度[28]着装的整体效果[28]装束与职业[29]装束与场合[29]进餐入座的礼仪[29]正确使用中餐餐具[29]正确使用西餐餐具[29]进餐时的举止与禁忌[30]吃自助餐的礼仪[31]睦邻的礼仪[31]行路与问路的礼仪[31]乘坐飞机、车船的礼仪[31]投宿的礼仪[31]旅游的礼仪[31]一般书信来往的礼仪[32]电话通讯礼仪[32]发电报应注意些什么[32]

家庭生活礼仪

夫妻间的礼仪[32]父母子女间的礼仪[33]兄弟姊妹间的礼仪[33]一般亲属间的礼仪[33]婚娶礼仪与忌讳[33]丧葬礼仪与忌讳[34]

社交礼仪

打招呼的礼仪[34]推荐和介绍的礼仪[34]如何使用和接收名片[35]与人交谈的礼仪[35]走亲访友的礼仪[36]探望病人与劝慰亲友[36]馈赠礼物的礼仪[36]送往迎来的礼仪[36]从一般友情向爱情转化时期的礼仪[37]约会的礼仪[37]与恋人交谈的礼仪[37]传递情书的礼仪[37]以物传情的礼仪[37]家庭招待会的礼仪[38]家庭音乐会和舞会的礼仪[38]生日晚会的礼仪[38]家庭宴请的礼仪[39]餐馆宴请的礼仪[39]跳舞和参加舞会的礼仪[39]

人生旅途

面对逆境 追寻成功

练习肯定自我价值[41]培养自尊之步骤[41]培养自助观念[41]培养自信的技巧[42]确定良好的自我形象感[43]反败为胜的方法[44]时间可以创造[44]让您更节约时间[46]使困扰变为机会[46]自我训练求创意[46]重新认识自己[47]别做完美主义者[47]你会是成功的投资者[48]

控制情绪 驱逐压力

无法捕捉的快乐[49]如何做个快乐的人[49]面对讥嘲不恼怒[49]学习做个有趣的人[50]人必须面对孤独[50]嫉妒使人丧失理智[50]感情受创治疗法[51]骄阳似火保持心境[51]人活世上忙是心忙[51]忧虑残害身心[52]不可轻视情绪病[52]简易情绪松弛法[52]情绪低落可解除[53]沮丧症的三种疗法[53]简易驱走郁闷法[53]自我制怒策略[53]音乐怡情养性[54]压力有助进取[54]大自然可减轻精神压力[54]培养运动情绪[55]运动前后安全守则[55]运动之后如何饮水[55]端坐健脑操[56]逆式呼吸保健法[56]休闲健身操[56]六秒钟的健身锻炼[56]

正确处世 圆满人生

谬误的处世方法[57]须防过度热情[57]让人回答“是”[58]不要急于求成[58]对自己的形象负责[58]关键在于自己的性格[59]圆滑换取不了成功[59]小动作见人心[59]不必逃避人群[60]务必消除自卑感[60]重视他人的妙策[61]如何建立深厚友情[62]最好还是写信[63]

床第之私

性是必需的

男性性器官[64]女性性器官[65]阴茎大小与性生活[66]阴道口的生长位置、松紧度与性生活[66]阴蒂在性生活中的作用[67]女性外阴的呵护[67]丈夫对妻子的性爱护[68]性器官的美容[68]

营造和谐的性生活

什么是性欲[68]性欲是怎样发动的[69]男女性欲差异及表现[69]怎样平衡夫妻间的性欲差异[69]影响性欲的人为因素[69]晚婚与性欲[70]不孕妇女怎样保持良好的性欲[70]哺乳妇女怎样恢复性欲[70]男性性反应周期[70]女性性反应周期[71]性敏感区的分布[72]怎样度过新婚之夜[73]

性生活的艺术与技巧

性信号[74]性唤起[74]性环境[75]性美感[75]性听觉[76]性视觉[76]性触觉[77]性嗅觉[77]性体位[77]性幻想[78]性交流[79]丈夫如何满足妻子各期性的要求[79]性爱长青[80]

性生活中的医学问题

性生活的医疗效用[80]性高潮的益处[81]精液的保健作用[81]性生活与衰老[81]健身运动与鱼水之欢[82]睾丸功能强化法[82]女性性功能强化法[83]“爱情肌”的功能锻炼[83]按摩回春法[84]不可轻视的性卫生[84]阴蒂的疾患与卫生[84]性生活前后不宜洗热水澡[85]新婚要善待处女膜[85]新婚之夜的常见病症及处理[85]藏精与健康[88]男性性疾病[88]女性性疾病[90]女子患哪些性器官疾病不宜过性生活[92]慎用春药[92]

性生活与避孕

男用避孕套避孕法[92]服用避孕药的好处[93]能使避孕药受干扰和“失灵”的药物[93]避孕药的副作用及其治疗[94]生理避孕法[94]性交中断避孕法[95]事后避孕法[95]人工流产

[95]宫内放节育环的时间选择[96]带环后还要防怀孕[96]妇女绝经后应及时取出节育环[97]皮下埋植避孕法[97]比林斯排卵法[97]阴道节育环[97]阴道局部用药法[97]人造海绵避孕[98]女用避孕表[98]女用避孕套[98]避孕疫苗[98]新婚夫妇的避孕[98]异地分居夫妻的避孕[98]患病妇女的避孕[99]

食与性

调节性机能的饮食之道[99]房事前吃什么好[99]性交后忌用冷饮解渴[100]酒与性[100]蜜月期间的进补[100]女性阴冷的食疗[100]能助性的食物与药物[100]壮阳食谱[103]

优生·优育·优教

如何生育一个健康聪明的孩子

生物钟:告诉你最佳怀孕时期[105]青年夫妇的孕前准备[105]中国妇女最佳育龄[105]优生应排斥的错误观念[106]优生的关口如何把住[106]产前诊断与优生[107]X线检查对胎儿有何影响[107]男子的生育年龄影响优生吗[107]甲亢女病人是否可以怀孕[108]怪胎产生的缘由[108]怪胎的祸根——环境污染[109]什么是单卵双胞胎和双卵双胞胎[109]

婴儿都是天才——胎教影响人的一生

胎教教育行之有效[110]胎教影响人的一生[110]古代胎教和现代胎教[110]胎教的几种方法[111]胎教在日本[111]美国的胎儿大学[112]丈夫怎样进行胎教[112]胎儿的能力[113]胎儿会欣赏音乐[113]胎儿能感受世界吗[113]

怀孕了,你和你们该怎样做

孕妇如何搞好心理调适[114]孕妇情绪与胎动[114]怎样知道自己怀孕了[115]孕妇不妨“晨吐”[115]孕期保健注意事项[115]孕妇如何做好“三防”[116]孕期自我监测法[116]丈夫怎样照顾好怀孕的妻子[117]安胎常用药方[117]矫正胎位五法[118]孕妇忌热浴[118]怀孕妇女莫烫发染发[118]孕妇忌用冷烫精、口红[119]孕妇禁用的药物有哪些[119]卧床疗法能防早产吗[119]防止急产,注意分娩先兆[119]临产何时去医院[120]临产前应排空大小便[120]分娩不能滥用止痛药[120]难产有哪几种原因[120]

孕妇吃什么好

妊娠期的营养原则[121]应满足胎儿对营养的需要[121]孕妇的补碘方法[122]孕妇食酸有讲究[122]孕妇不宜饮甜酒[122]孕妇不要吃动物肝[123]孕妇不宜服用人参桂圆汤[123]妊娠期矫正遗传缺陷的饮食[123]

预防疾病与戒除不良嗜好

妇女四期不宜饮茶[123]孕妇饮酒危及胎儿[123]莫让吸烟毁灭爱情之果[124]儿童哮喘与母亲怀孕期吸烟有关[124]孕妇感冒易“惹祸”[124]易致胎儿畸形的药物[124]优生优育的杀手——弓形虫病[124]猫怎样传播弓形虫病[125]如何检验孕妇的弓形虫病[125]如何防治孕妇的弓形虫病[125]

宝宝出世了……

新生儿几种特殊生理状态[126]新生儿的能力[126]新生儿的头垢要清洗[126]怎样清除婴儿头皮上的乳痂[127]宝宝脐出血怎么办[127]宝宝出现奶癣怎么办[127]新生儿乳房肿大怎么办[127]新生儿阴囊肿大怎么办[127]新生儿耳前有一小洞是什么病[127]新生儿不睁眼睛怎么办[127]新生儿呕吐不可小视[127]如何使早产儿赶上足月儿[128]早产儿营养性贫血的防治[128]

母乳是婴儿最好的营养食品

母乳喂养好处多[128]母乳喂养的技巧[129]初乳最珍贵[129]母乳的温馨[129]母乳喂养

可降低卵巢癌乳腺癌[129]现代妈妈奶少的原因[130]断奶对婴儿心理的影响[130]婴儿喂养中应注意的几个问题[131]如何给孩子喂水[131]婴儿呛奶不可忽视[131]喂奶姿势与新生儿中耳炎[132]怎样做好早产儿的哺育[132]如何喂养母乳缺少的婴儿[132]母乳喂养的几个问题[133]影响母乳喂养的因素[133]哺乳的妈妈不要涂脂抹粉[133]哺乳期妇女怎样保护乳房[134]喂乳妇女少吃味精[134]

新生儿保健

婴幼儿的衣食住行[134]莫经常摇晃睡在摇篮里的婴儿[135]婴儿忌早行[135]婴儿爬行的好处[135]婴儿啼哭的作用和类型[135]孩子为何爱哭[136]婴儿啼哭怎么办[136]婴儿不宜用肥皂[136]勿用母乳涂擦婴儿面部[136]婴幼儿家慎用蚊香[136]把婴儿从“蜡烛包”中解放出来[137]不要把婴儿总抱在怀里[137]抱小孩看电视不好[137]逗孩子玩要注意方法[137]宝宝的习惯性摩擦不可忽视[137]幼儿性动作种种[138]小儿保健按摩三法[138]小儿的捏脊疗法[138]非治疗性按摩的好处[138]婴儿的情绪表露[139]培育亲情的方法[139]母婴交流的作用[140]抚摸的作用[140]你会“看”懂幼婴的语言吗[140]年轻妈妈的育儿技能亟需提高[141]教孩子了解健康的真正含义[141]母爱与身高[141]纠正幼儿偏亲的方法[141]婴儿的记忆[142]幼儿保健

胎儿遗传病是如何感染的[142]幼儿胃病与进餐姿势的关系[142]持续高热会“烧”坏孩子吗[143]小儿“热症”要泻[143]别让婴幼儿初度夏季生痱子[143]盛夏预防婴幼儿“脱水热”[144]盛夏预防婴幼儿腹泻[144]婴幼儿腹泻的防治[144]盛夏预防婴幼儿红臀[144]如何预防蛔虫性肠穿孔[144]宝宝为何不肯入睡[144]

儿童营养与健康

儿童膳食与生理特点[145]儿童的合理营养与膳食[145]儿童期热能需要多少[145]儿童期蛋白质需要多少[146]儿童期无机盐需要多少[146]儿童期维生素需要多少[146]孩子聪明健康与营养的关系[146]如何保证儿童营养平衡[147]从口腔变化看小儿营养[147]能增强儿童记忆力的食物[148]杂食可提高儿童智商[148]有助于长高的食品[148]蛋与肉营养分析[148]幼儿营养要适当[148]婴儿断奶吃什么好[149]不要给婴儿喝掺米汤的牛奶[149]幼儿吃牛奶易“上火”[149]如何给婴幼儿补充维生素D[149]1~3岁幼儿食物选配方法[150]学龄前期儿童食物应合理搭配[150]小学生期儿童应注重早餐[150]吃进口奶粉并不合东方儿童生理特点[150]婴幼儿不宜饮用果汁[150]服鱼肝油当心过量中毒[151]给儿童吃荤油还是素油好[151]孩子吃饭慢怎么办[151]预防儿童食物过敏[152]儿童饮食的三大误区[152]儿童营养品不能乱吃[152]慎重选择儿童保健口服液[153]儿童不宜过多食用豆制品[153]幼儿期不宜多吃肉[153]儿童吃水果应适量[153]小儿不宜多吃含粗纤维食物[154]婴儿不宜食蜂蜜[154]儿童不宜常服葡萄糖[154]儿童多动与食糖有关[154]儿童厌食的心理护理[154]孩子食欲不振怎么办[155]儿童饮食不当易近视[155]怎样看待吃零食[155]孩子偏食的几种类型[155]儿童中的偏食大概可以分为以下几种[156]纠正孩子偏食的方法[156]暗示——治疗偏食的良策[156]孩子“面黄肌瘦”的原因[156]五月莫忘给孩子加营养[157]配制婴儿营养粥的方法[157]米汤电解质溶液配制方法[157]营养食品摄入过多引起的疾病[158]

保护眼睛与口腔卫生

少年儿童如何保护眼睛[158]婴幼儿的视觉发育进程[158]婴幼儿的视觉发育如何保护[159]怎样给婴幼儿视力作检查[159]小儿斜视与弱视不可忽视[159]婴幼儿验光配镜的作用[159]宝宝长牙了[160]如何保护孩子新换的牙齿[160]防止“母婴传播”龋齿[161]给孩子喝茶可防“虫牙”[161]如何使小孩恒牙排列整齐[161]小孩恒牙歪斜的原因[161]乳牙的保护与口腔卫生[162]如何防止牙齿钙化不良[162]矫治牙的最佳年龄[162]牙歪貌丑如何避免[163]残疾儿童如何搞好口腔卫生[163]小孩的“舌经”是否需要剪[163]几种小儿口腔炎的病因[163]

小儿疾病与用药

小儿患病的先兆[164]小儿急腹症的症状反应[164]背病孩上医院不好[165]小儿生病尽量不打针[165]哪些儿童不宜打防疫针[165]预防接种后的注意事项[165]在孩子输液时的护理[166]小儿哪些病可动手术[166]小儿常用药的相互影响[167]如何给婴儿喂药[167]如何给幼儿喂药[168]怎样喂小儿服中药[168]为什么捏鼻掰嘴给孩子喂药不好[168]

日常保健

婴幼儿不宜睡软床[168]婴儿睡眠的枕头[168]婴儿不宜睡泡沫软枕[169]莫把胳膊给孩子当枕头[169]预防婴儿被捂综合征[169]幼儿不宜过度运动[169]幼儿不宜玩碰碰车[170]三岁以下幼儿不宜骑童车[170]谨防小儿“童车病”[170]孩子睡了请关小电视音量[170]小儿爱睡觉是病吗[170]温水擦浴降温好[171]儿童不宜服成人药物[171]儿童不宜滥补钙[171]儿童不宜穿得过多[171]儿童不宜洗澡过勤[171]儿童不宜穿松紧带裤子[171]儿童不宜穿软底鞋[171]孩子赤脚玩耍好处多[172]如何辨别孩子的脚是否健康有力[172]怎样为孩子买鞋[172]学步的孩子穿什么鞋好[172]学步车何时使用好[173]小儿肥胖并非健美[173]肥胖给孩子带来的灾难[173]儿童不要滥用减肥药[173]幼儿头部的“肿包”不能揉[174]喉梗阻的自救方法[174]婴儿青霉素脑病的防治[174]呼吸道异物的发生及其症状[174]如何判断异物是否吸入呼吸道[174]莫给小儿掏耳道[175]如何给儿童清洗外阴[175]警惕幼女阴道异物[175]孩子身上有四处打不得[175]小孩体重和身长的计算方法[176]

常见病及疗理

婴幼儿“中风”的防治[176]如何防治婴幼儿屏气发作[176]小儿惊厥的家庭治疗[177]小儿发烧怎么办[177]小儿发热不宜服 APC[177]儿童鼻窦炎的防治[178]儿童肺炎的防治[178]肺炎病儿的家庭护理[179]儿童溃疡病的预防[179]预防小儿溃疡病出血[179]如何预防幼儿佝偻病[180]谨防儿童高血压[180]盛夏谨防小儿暑热症[180]小儿白内障怎么办[180]婴儿鼻塞的艾灸疗法[181]婴幼儿肚脐常见病[181]婴儿脐炎的防治[181]敷脐治小儿疾病[182]贪玩游戏机容易触发羊角风[182]先天性巨结肠的手术治疗[182]预防婴幼儿肠套叠[182]儿童蛲虫病的防治[183]蛲虫病的简易疗法[183]怎样知道孩子有蛔虫[183]小儿腹泻治疗新方案[183]婴幼儿须防秋泻[184]蒸苹果治小儿腹泻[184]秋令果品对幼儿的药用价值[184]小儿疝气要早治[185]孩子易患的肾肿瘤[185]孩子尿床怎么办[185]小儿缺铁性贫血的特殊表现[185]微量元素锌与幼儿的生长发育[186]小儿常见皮肤病及皮肤保健[186]幼儿多毛的原因及其预防[187]

你的孩子聪明吗

什么是智力与智商[187]男女孩的智力有没有差异[187]为什么智力有性别差异[188]早孕反应与胎儿智力[188]早产婴儿智商较低阅读能力毫不逊色[189]独生子女智力发展好[189]父亲对儿童智力的影响[189]怎样衡量孩子的聪明程度[190]怎样尽早发现智力低下的婴儿[190]看看你的孩子有什么天赋才华[191]家庭简易智力测验[191]用图片测量婴儿智力[193]利用电视开发婴儿智力[193]高分者智、低分者愚吗[194]发展孩子的六大智能[194]怎样促进儿童观察力的发展[195]注意培养儿童的创造性思维[196]训练孩子思考能力八法[196]如何培养孩子阅读的兴趣[196]教孩子识字不宜过早[197]儿童故事要有“三想”[197]不要给孩子讲恐怖故事[197]让孩子张开想象的翅膀[197]游戏是孩子的生命[198]猜谜是教育孩子的好方法[199]如何为孩子选择玩具[199]触摸对儿童智力发展的作用[200]四至七岁的孩子不宜学电脑[200]

儿童心理与优养

你的孩子最害怕什么[201]让幼儿撒娇[201]孩子打架与“皮肤饥饿”[202]让儿童形成一种安全的依恋[202]如何对待孩子的逆反心理[203]不容忽视的儿童退缩行为[203]怎样对待孩子的恐惧心理[204]怎样对付孩子的“幼儿园恐惧症”[205]孩子性格软弱怎么办[206]让孩子自己决策[207]怎样帮助孩子建立自信心[207]如何培养孩子的自尊心[208]让孩子多说自信的话

[209]让孩子自己作决定[209]培养孩子社交能力的妙法[209]引导孩子的表现欲望[210]莫强迫孩子比短长[210]孩子为什么不安心做功课[211]怎样对付孩子的学习无能[211]怎样当好聪明孩子的父母[212]辅导孩子学习十注意[213]协助子女减轻考试压力[214]让孩子多懂点历史[214]父母如何指导孩子看电视[214]孤独症患儿怎么办[214]如何抚养好残疾儿[215]小孩得了多动症怎么办[216]孩子为何迟迟不会说话[216]

家教之道

家庭教育八忌[217]如何教育好两岁的孩子[218]教育孩子重在启发[218]时机选得巧 教子效果好[218]教子时间巧安排[219]批评孩子时父母应如何配合[219]管教孩子太紧太松都不行[220]管教孩子不一定施加压力[220]给孩子以自由[220]惩罚孩子的学问[220]用奖赏鼓励孩子做事后果不良[221]“收买”孩子小心后遗症[221]怎样打孩子[222]怎样教孩子改错[222]当孩子气得你吹胡子时[222]谨防“上梁不正下梁歪”[223]孩子懒惰家长之过[223]肯向孩子道歉不失父母尊严[224]多给孩子实际的赞美[224]忌对孩子说这样的话[224]为什么会变成坏孩子[224]小孩为什么撒谎[225]当孩子说谎时[225]孩子爱惹事生非怎么办[226]如何帮助孩子解决冲突[226]孩子闹情绪时父母如何处理[226]巧治孩子“人来疯”[227]如何培养孩子的抗诱惑力[227]培养孩子的劳动习惯[227]让孩子看到努力的成果[228]注意培养孩子的同情心[228]儿童责任感的训练[228]给孩子零钱有讲究[228]教给孩子自我保护的常识[229]

饮食与营养

吃得营养 吃得健康

营养学专家对营养范围的新规定[230]人体对营养素有哪些需求[230]哪些物质属益智营养素[231]什么是全面营养[231]营养与合理膳食结构的关系[231]怎样去除食物中的抗营养因子[231]当今世界的三种膳食结构[232]目前中国家庭的膳食结构[232]家庭中的膳食结构怎样才算符合营养学的需求[233]本世纪末改善我国家庭膳食结构的基本目标[233]日常膳食结构金字塔[233]怎样提高食欲[233]如何控制过旺的食欲[234]情绪与食物[234]性格与食物[234]儿童的日常膳食原则[235]儿童每天必须吃的三大类食物[236]1~6岁儿童食谱参考表[236]青少年每天必须吃的四大类食物[236]处在发育高峰期的青少年在饮食上有哪些特殊要求[236]青少年变声期如何注意饮食保健[236]怎样根据孩子舌苔的变化来调整饮食[237]中学生的营养午餐食谱[237]中年人的饮食要诀[238]中年人怎样控制总热量避免肥胖[239]中年人为什么要进低脂肪低胆固醇饮食[239]中年人每天需要摄取多少蛋白质[239]中年人节食好不好[239]人过中年为何要慎食晚餐[239]知识分子的晚餐应如何安排[240]青春期少女在饮食上有什么要求[240]少女每天应摄入多少钙[240]少女为什么要少喝苏达饮料和少饮酒[240]30岁这个年龄阶段的女性面临的饮食问题是什么[240]40岁这个年龄阶段的女性面临的饮食问题是什么[241]为什么女性宜多吃墨鱼[241]酸碱平衡与人体健康的关系[241]哪些食品能使人体体液酸化[241]哪些食品能使人体体液碱性化[241]怎样知道自己是属酸性还是碱性体液[241]哪些食物属寒冷性质,其作用如何[242]哪些食物属温热性质,其作用如何[242]哪些食物属中性食物[242]五味食物各具有何种作用[242]为什么说烹调方法可以改变和影响食物的属性[242]微量元素与人体健康有什么关系[242]微量元素缺乏的常见病症有哪几种[242]补充微量元素之道[242]富含微量元素的食物[243]维生素分哪两大类[243]富含维生素的各种食物与人体健康有什么关系[244]把维生素当成日常补品有什么害处[244]如何掌握维生素、微量元素的服用量[246]水果性味与人的体质[246]常见水果的性味与进食宜忌[246]哪些水果不宜空腹吃[246]糖在人体中的作用[247]糖和糖类是两个不同的概念[247]WHO为什么要提出一个世界性的新口号:“戒糖”[247]孩子吃糖过多有什么害处[247]怎样看待儿童吃泡泡糖[247]怎样看待小孩食用葡萄糖[247]为什么吃糖过多的孩子长不高[248]为什么空腹吃糖不好[248]哪些

人不宜多吃糖[248]产妇吃红糖的时间以多长为度[248]哪些降糖食物可以药食兼用[248]怎样有针对性地选择营养滋补品[249]食中精品知多少[249]

饮食保健

怎样保护你的胃[252]为什么食量只要占胃的 2/3 就够了[252]少食多餐好还是一日三餐好[252]蔬菜水果的保健作用[252]哪些食物不宜多吃[252]伤食以后吃什么[253]吃“虫打洞”的蔬菜瓜果就很安全吗[253]哪些蔬菜不宜生吃[253]孩子为何不能生食藕、菱、荸荠[253]如何生食鲜蔬菜[253]长期使用盐、味精拌食凉菜好不好[253]可供选择的五种早餐方案[253]牛奶加鸡蛋是不是最佳的早餐方案[253]怎样识别宰杀后的光禽体内注有水[254]怎样识别新鲜冻光禽和变质冻光禽[254]活宰光禽与病死光禽的区别[254]怎样辨识变质不能吃的河虾[254]怎样辨识变质不能吃的虾皮[254]碱发虾仁为何不能吃[254]怎样识别碱发虾仁[254]半生不熟的大头虾为什么不能吃[254]为什么说吃鸡鸭鹅等禽类食品比吃畜类食品更符合人体需要[255]为什么禽类食品不能立宰立吃[255]为什么刚屠宰的猪肉不鲜嫩[255]吃肉为什么要食用“后熟”生肉[255]进入自溶期的生肉要小心腐败变质[255]烹调绿色蔬菜为什么不能放醋[255]长期便秘和饱食为什么会影响智力发育[255]食用碘盐应注意哪些问题[255]为什么荤食者比素食者更需要多喝水[256]吃低热食物时要注意什么[256]吃土豆时为何要多吃点蔬菜[256]为什么吃豆腐时宜配上海带[256]鱼鳞具有什么营养保健作用[256]21 世纪最优秀的保健食品是什么[256]

吃出美丽

家庭四季美容健身食谱[257]哪些食品能使皮肤增白[258]皮肤粗糙或干燥时吃什么好[258]去皮肤黝黑吃什么好[258]哪些食品能润肤嫩肤[258]皮肤苍白的人吃什么好[258]能防衰老去皱的食品有哪些[258]能去除皮肤油腻的食品有哪些[258]能去除色素雀斑的食品有哪些[259]能去除疣赘的食品有哪些[259]皮肤易生湿疹吃什么好[259]能使皮肤红润的食品有哪些[259]可治疗脱发的食物[259]可治疗少白头的食物[259]可治疗头发枯焦、早衰的食物[260]可治疗头发暗淡无光泽的食物[260]可治疗头发干燥无光泽的食物[260]可治疗头发纵裂的食物[260]可使头发乌黑的食物[260]可促使眉毛再生的食物[260]美齿健齿食物[260]常食哪些食物能抗衰老,使人显得年轻[261]可除去老年斑、皱纹的核酸类食物[261]

吃的新潮

吃素[262]吃野[262]吃粗[262]吃杂[263]吃色[263]吃虫[264]吃生[265]吃花卉[265]吃西餐[266]

家庭美味斋

做好家常菜需具备的基本功[266]家常菜的烹调技法[266]四季菜肴配制的一般原则[267]菜肴在加工时的火候与质感有什么关系[269]菜肴在加工时的火候与营养有什么关系[269]哪些原料宜在凉水时下锅[269]哪些原料适宜微开水下锅[269]哪些原料宜在热开水时下锅[269]哪些原料宜旺火大气入笼蒸[269]哪些原料需要温油下锅炸[269]哪些原料需要热油下锅炸[269]哪些原料需要复炸(重油)[269]哪些原料需要中小火、小气入笼慢蒸[270]哪些原料先要大火后用小火[270]如何做好铁板菜[270]怎样发制鱼翅[270]不宜放味精的海味有哪些[270]在活甲鱼的选购与宰杀中要注意什么[270]做好清蒸菜的关键是什么[270]做好蒜泥白肉的关键是什么[270]素菜生炒的技巧[271]擀制面条的和面配方[271]怎样制作面点[272]西方五大快餐食品[273]米饭的制作[274]蔬菜类菜谱[274]肉食类菜谱[283]禽蛋类菜谱[286]水产类菜谱[289]豆制品类菜谱[295]什锦类菜谱[297]果品类食谱[297]汤类食谱[298]火锅食谱[299]家庭西式自助餐[300]如何办好家宴[301]家宴配菜应掌握的原则[301]

饮品大观

人体健康与饮水[302]形形色色的水饮料[302]究竟喝哪种水好[303]饮用水的宜与忌

[303]喝牛奶的益处[304]科学饮用牛奶知识 18 则[305]为什么提倡喝豆奶[306]豆奶有什么营养价值[306]如何比较豆奶与牛奶的营养价值[306]家庭自制豆奶如何掌握黄豆与水的比例[307]为什么豆奶一定要煮熟后吃[307]如何鉴别市售豆奶的质量[307]时尚果汁调配方法 5 种[307]饮用白酒的禁忌[307]怎样喝啤酒才有益身心健康[308]喝啤酒有哪些讲究[308]饮用啤酒过量可致病[310]忌饮啤酒的人[310]喝洋酒的 ABC[310]怎样防止醉酒[310]过量饮酒的 10 大危害[310]

家庭医苑

疾病的预防

心脏病[312]猝死[312]中风[313]上感[313]过敏性哮喘[313]胃病[314]溃疡病复发[314]便秘[314]痔疮[314]胆结石[315]泌尿系结石[315]男性前列腺炎[315]冻疮[315]中暑[316]醉酒[316]狂犬病[316]闪腰[316]早产[317]食霉变食物中毒[317]痤疮[317]近视[317]沙眼[317]眼部肌肉肿胀[318]皮肤皲裂[318]头痛[318]嗓音发哑[318]癌症[318]

疾病的信号

观眉探病[319]观眼知病[319]观耳知病[320]观舌知病[320]观手知病[320]观大便知病[321]观尿知病[322]辨屁知消化[322]味觉辨病[322]问食知健康[322]打呃与疾病[323]测脉知病[323]中风的 11 大信号[323]糖尿病的先兆[323]早期心衰的先兆[324]心脏病发作的先兆[324]心脏病的体表病症[325]精神病的先兆[325]“过劳死”10 大信号[326]痒是多种疾病的信号[326]

一日保健

人体生物钟怎样运行[326]保健的最佳时点[327]早起为何可以驱走不佳情绪[327]五分钟做个“胎息功”[327]晨间勿忘六件事[327]空腹喝杯淡盐水好[327]叠被有什么讲究[328]为什么头宜常梳[328]怎样梳头好[329]头发有静电该怎么吹[329]用手指梳头的保健功[329]为什么凉水洗脸能除眼疾[329]怎样洗脸才科学[329]牙齿的健美与科学刷牙的方法[329]洗澡十不宜[330]女性可否常用抗菌药水洗外阴[331]家庭如何自办芬芳情调浴[331]一日三餐的最佳膳食安排[331]“想吃什么就吃什么”可否作为饮食营养的安排原则[331]吃什么就能补什么吗[331]不吃早餐的害处[332]健康当真从早餐开始吗[332]要健美绝对要吃早餐[332]晚餐何时吃最好[332]稍饱即止可防脑衰吗[332]空腹不宜吃什么[332]咀嚼具有哪些保健功能[333]健齿的方法和固齿的食物[333]不良饮食习惯何以诱发口腔病[333]为什么饭后吃水果不如饭前吃更有益[333]吃完水果莫忘洁牙[334]适时适量吃零食是否也影响健康[334]怎样在体内进行大扫除[334]怎样选择一张舒适的床[334]怎样使被窝的小气候达到最佳状态[334]夫妻同床异被有什么好处[335]用什么被褥最好[335]怎样选择枕芯材料[335]睡枕、睡姿与健康、健美有何关系[335]药枕的保健作用[335]电热毯能引起哪些疾病[335]家庭如何正确使用体温表[336]家庭如何正确使用血压计[336]内衣裤穿着不当为什么有损健康[336]紧系裤带的副作用[336]系裤带有什么讲究[337]怎样正确使用热水袋[337]暖水瓶灌开水时不灌满有什么好处[337]长期戴有色眼镜好不好[337]变质蚊香能不能使用[337]废旧塑料品能不能用焚烧的方法处理[337]肥皂、香皂为何不宜存放过久[337]缝纫机踏板上能垫防护物吗[337]在席梦思床上能不能使用电热毯[338]男式自行车车座过高对健康有无影响[338]塑料布能不能作床单[338]怎样使用凉席[338]能用保温杯沏茶吗[338]久坐沙发好不好[338]合金项链能不能长期戴[338]饭盒里面为什么不宜放匙筷[338]用围巾充当口罩的害处[338]有损健康的不良习惯[338]傍晚不宜谈家事[339]疲劳时吸烟危害更大[339]戒烟要闯几道关[339]晚睡不利皮肤保健[339]熬夜易患冠心病[339]熬夜有技巧[339]学生、工薪族长期自带午餐不利健康[340]怎样看待午睡[340]夏天午睡的益处[340]哪些人不适宜午睡[340]午睡姿势有讲究[340]夏秋季节睡眠时要三防[341]午睡睡多长时间才适宜[341]饭后不宜立即午睡[341]午睡宜松腰带[341]

饭前睡——新的午休方式[341]如何驱散午餐后的困倦[341]中午快步行走半小时可焕发精神[341]引起疲劳的因素有哪些[341]出现疲劳不可掉以轻心[342]预防疲劳的措施[342]学会消除心理疲劳[343]家务疲劳症的预防[343]有助消除疲劳的简易运动[343]慢性病人不宜过度劳累[344]劳逸结合适度紧张的好处[344]大脑疲劳时为什么不能用凉水浇头提神[344]运动时间的选择[344]心血管病人清晨跑步有危险[344]雾中运动害处多[345]黄昏锻炼有益健身[345]晚饭前运动利于减肥[345]怎样理解“饭后百步走,活到九十九”[345]登楼梯为什么会有益健康[345]为什么长跑时应舌抵上齿龈[345]练长跑时肚子痛怎么办[345]“举手之劳”可健身[346]自我保健有妙法[346]室内简易锻炼 11 法[347]强身补肾按摩法[347]安然入睡的七大要诀[348]睡觉七不宜[348]怎样根据自己的健康状况选择睡姿[348]失眠的自我解除[349]催眠 15 法[349]为什么患心脑血管缺血性疾病的人睡前喝杯水好[349]为什么开灯睡觉不利健康[350]为什么睡眠不足能使人衰老[350]睡眠规律紊乱易致癌[350]睡前热水洗脚好处多[350]为什么睡前美容比白天更重要[350]晚间清洁用水五忌[350]

四季养生

春季养生[351]夏季养生[351]秋季养生[352]冬季养生[353]

身边医学

怎样判断你的发质[353]服抗菌药期间不宜染发[353]女性脱发者要慎用生发药水[354]慎用眼部化妆品[354]戴隐形眼镜者要小心变形虫入眼[354]戴隐形眼镜睡觉不好[354]先吹发再配戴隐形眼镜[354]近视学生不宜坐前排[354]常放风筝与打乒乓球有益于假性近视的康复[354]“樟脑丸”对人眼有毒性[354]辨别两眼主次的方法[355]吃饭“十要素”[355]火柴杆剔牙易染病[355]什么糖最易致蛀牙[355]唾液的多种功能[355]刮舌苔不好[356]温度与味觉[356]鱼刺卡喉忌喝醋和吞饭团[356]哮喘儿不宜用薄荷牙膏[356]皮肤与情绪[356]谨防消毒酒精棉球失效[356]打针后不要揉针眼[356]抽血与健康[356]合成洗涤剂对人体有无危害[356]压挤指关节不好[356]学生体重与成绩[357]出汗与饮水解渴[357]热敷可消炎[357]化脓的伤口不宜涂紫药水[357]什么情况下需要做心电图[357]游泳对预防心血管疾病有益[357]急性心肌梗塞的最佳抢救时机[357]久病卧床者急于下地活动有危险[357]哪些病人不宜采用按摩疗法[357]游泳后的自我保健[358]妇女游泳“七忌”[358]适宜家庭栽种的药用花[358]伸个懒腰有益健康[358]夏季谨防“阴暑症”[358]“受憋”能生病[358]身材、体重与寿命[359]使身体增高的方法[359]何谓吸烟指数[359]戒烟的好处[360]控制吸烟量对健康仍无多大意义[360]世界卫生组织推荐的戒烟处方[360]

现代文明病

首饰病[360]由电视引起的文明病[361]由空调引起的文明病[361]冰箱肠道病[361]电脑病综合症[361]摩托头盔病[362]骑摩托车综合症[362]室内装潢综合症[362]磁力缺乏症[362]

心理门诊

正确看待心理咨询、心理治疗[363]心理疾患的致病因素[363]怎样判断自己的心理是否健康[363]心理门诊的适应症[364]婴儿也会患心理疾病吗[364]如何判断幼儿心理是否健康[364]儿童心理疾病种种[365]父母要关心孩子的心理健康[365]青少年心理障碍的主要原因及治疗[365]青年的心理健康标准是什么[366]正确看待两性吸引的效应[366]向异性倾诉心声为什么有利健康[367]扭曲了的心态——同性恋[367]孀居与男性中年的心理危机[367]隐匿型抑郁症是什么[368]抑郁症的病因及治疗[368]如何战胜自卑心理[369]巧妙泄怒有益心身[369]如何消除紧张心理[369]如何消除焦虑心理[370]如何摆脱恐惧心理[370]如何消除情感上的坎坷[371]怎样解除神经症患者的痛苦[371]对癌症病人的心理疗法[372]如何对待心理刺激[372]精神免疫与身心健康有什么关系[373]怎样用自我意象美容来增加你的魅力[373]如何尽快适应新环境[374]心理保健 13 条措施[374]

家庭急救小百科

综合急救小常识[374]鼻出血的急救[375]吐血的急救[375]呼吸心跳骤停的急救[375]晕厥的急救护理[376]中风的急救[376]急性心肌梗塞的急救[376]气急的急救[376]血压猛升时的应急措施[376]脱阳的自救[377]中暑的急救[377]溺水的急救[377]抽筋的自救法[377]毒蛇咬伤的急救[377]毒虫咬伤的急救[378]痧病的急救[378]手(指)外伤的急救[378]气道异物引起窒息的急救[378]鼻腔进异物的急救[379]小孩手脚被车轮轧伤的急救[379]烫伤的急救[379]烧伤和灼伤的急救[379]外伤出血的急救[380]脊柱摔伤的急救[380]几种食物中毒的急救[380]喝含甲醇的假酒引起中毒的急救[380]误服超剂量或剧毒性药物后的现场急救[380]

家庭特殊疗法

怎样进行浴疗[381]怎样进行酒疗[383]怎样进行茶疗[385]怎样进行脐疗[386]怎样进行气功疗法[387]怎样进行指压疗法[389]怎样进行颜色疗法[389]怎样进行熨疗[390]怎样进行音乐疗法[391]怎样进行体位疗法[391]怎样进行身心放松疗法[391]

自 诊

自测健康状况的十大指标[392]维生素缺乏症的自诊[393]骨折的自我判断[393]颈椎病的自诊[393]小儿腹痛轻重程度的判断[393]腹痛病因自诊[394]口腔颌面部肿块良、恶性的识别[394]早期肿瘤的自诊[394]急性附睾炎的自诊[395]血管性阳痿的识别[395]类风湿性关节炎的自诊[395]早孕的自诊[396]分娩先兆的自识[396]

自 疗

刺伤[396]扭伤[396]擦伤[396]挫伤[397]切割伤[397]蚊虫咬伤[397]晒伤[397]刺伤[397]甲下瘀血[397]闪腰[397]躯体疼痛[398]牙痛[398]偏头痛[398]胃痛[398]痛经[398]孕妇呕吐[398]小虫入耳[398]颈椎病[398]肩周炎[399]落枕[399]白内障[399]面瘫[399]痧毒[399]打嗝[400]岔气[400]冻疮[400]脚癣[400]狐臭[400]食滞[401]轻度煤气中毒[401]黑头粉刺[401]鸡眼[401]针眼[401]神经性皮炎[401]醉酒[401]痔疮[401]

用药指南

如何了解一种药物[402]药物不能滥用[403]药名相似用途不同[403]药物治疗时还需配合心理治疗[404]药物只有靠增强人体自然抗病力才能发挥作用[404]服药的最佳时间[404]选用最佳服药方式[405]汤药的常用服法[405]服药后喝稀粥有益处[405]服药不宜加糖[405]红霉素片不能研碎服用[406]哪些中西药不宜合用[406]服西药也有饮食禁忌[407]注意某些药物的副作用[407]使用磺胺类药应小心[408]用止痛药时应注意的事项[408]咳嗽如何选用中成药与西药[409]感冒如何选药[409]高脂血症如何选药[409]胃病如何选药[410]心绞痛如何选药[410]心动过速者慎用药[411]用“创可贴”应注意些什么[411]脾气不好宜用维生素B₁[411]长期服药需补什么[411]慎用损害肝脏的药物[411]哪些药物能影响男性生育[412]老药新用[412]

家庭护理

骨折[415]外伤初期[416]小儿呃逆、惊吓、惊厥、高烧[416]孩子跌伤[416]婴儿腹泻[416]小儿肺炎[416]脑出血[417]截瘫[417]老年性痴呆症[418]糖尿病[418]精神病[418]肺结核[419]呼吸道感染[419]支气管哮喘[419]早搏[419]急性肾炎[420]高热[420]惊厥[420]细菌性痢疾[420]传染性肝炎[420]

生活小窍

衣

如何识别国内服装新号型[421]如何识别进口服装的符号[421]丝绸织物上标签的含义