前言

伴着春天的脚步，迈着轻快的步伐，人们怀着愉快的心情进入了21世纪。这是一个科技的时代、信息的时代、效益的时代，日新月异，瞬息万变！唯独亘古不变的是一腔深深的爱意。也正是这种爱，才使人类得以繁衍生息；也正是这种爱，才使得社会更加美好和谐。

爱，是两情相悦！爱，是风花雪月！爱，让有情人迈进了婚姻的殿堂！爱是缠绵的，爱又是如胶似漆的，于是便有了爱的结晶——一个富有生命力的聪慧宝宝降临人间了。而在妊娠期间，孕妇要做些什么才能让身心健康呢？体内的小宝宝又需要什么样的生长发育环境呢？这些准父母们都一一地考虑过了吗？

爱有爱的权利，但更应尽其爱的责任及义务才对。俗话说，“心动不如行动”，而这本《新婚孕育百科》的推出，解除了新婚孕育夫妇们的疑虑。本书分新婚篇、怀孕篇、胎教篇与分娩篇四大板块，全面系统而详尽叙述从婚育到分娩的整个过程。图文并茂，内容实际，通俗易懂，实为新婚燕尔及孕育夫妇的必备之书！

一书在手，你便多些新婚的温馨与浪漫！一书在手，你便可轻松怀孕！一书在手，让你对胎儿的早期教育充满了信心！一书在手，更让你的分娩不再痛苦。

一书在手，让爱意更加浓厚。深深爱意，尽在书中……

丛书编委会

需要全本请访问 www.ertongbook.com

目 录

新婚篇

一、新婚筹备指南

(一)新婚统筹概况 3
1. 男人选择怎样的女人做老婆 3
2. 女人选择怎样的男人做老公 4
3. 婚前体检的法律依据 5
4. 婚前体检的意义 5
5. 婚检的内容包括哪些 5
6. 近亲为何不能结婚 7
7. 结婚的生理条件 7
8. 结婚的心理条件 8
9. 结婚的物质条件 8
10. 结婚的经济条件 8
11. 结婚与学业的成熟 9
12. 结婚与事业的成熟 9
13. 办理结婚登记手续 9
14. 最佳结婚年龄 10
15 最佳结婚身体状况 10
16. 最佳婚期 10
(二)新婚建议 11
1. 新娘婚前十戒 11
2. 新郎婚前应知的十件事 13
(三)新婚巧安排 15
1. 新婚日程安排 15
2. 浪漫新居 16
3. 塑造一个潇洒大方的新郎 21
4. 展示一个娇美的新娘 23
5. 新郎新娘礼装巧扮 28
6. 定格幸福 31

二、新婚进程指南

(一)婚礼建议 34
1. 如何让婚事办得更加得体 34
2. 婚礼筹备十不要 35
(二)婚礼进行时 37
1. 巧扎婚车 37
2. 常见婚礼形式 40
3. 喜庆的对联 45
4. 婚宴指南 50
5. 闹洞房 53
(三)新婚要事不容忽视 57
1. 怎样答谢“红娘” 57
2. “回门”礼节 57
3. 如何妥善安排多批客人 58
(四)新婚“性”事 58
1. 为初夜性和谐奠基 58
2. 营造一个浪漫的初夜环境 60
3. 新婚之夜的建议 61
4. 让爱意从调情开始 61
5. 新娘的“性奋”点 62
6. 吻阴正常吗 64
7. 新郎的“性奋”点 65
8. 新婚之夜四禁忌 66
9. 新婚做爱时间巧选择 67



10. 新婚做爱持续多长时间为宜 68
11. 新婚学会掌握性频率 68
12. 新婚勿怀孕 68
13. 新婚性生活沟通三原则 69
14. 新婚性生活与蜜月性膀胱炎 69
15. 新婚性生活与蜜月性肝炎 70
16. 24 种经典性爱姿势 70
17. 特殊情况的性交体位 71
18. 不同体型的性交体位 72
19. 如何面对新郎早泄 72
20. 新娘精液过敏怎么办 73
21. 新郎不射精怎么办 74
22. 新娘阴道痉挛怎么办 75
23. 阳痿及其预防 76
24. 阳痿的食疗 76
25. 男性也能感染“妇科病” 77
(五)新婚避孕指南 78
1. 新婚怀孕的危害 78
2. 避孕的原理 78
3. 女性避孕的五种方法 79
4. 男性避孕的四种方法 83
5. 新婚燕尔怎样避孕 84
6. 切莫陷入避孕的六大误区 84
(六)新婚营养指南 86
1. 新娘营养必知 86
2. 新郎营养必知 86
3. 新郎饮食禁忌 87
4. 新娘饮食禁忌 88
5. 新婚家庭营养三部经 90
6. 增强性功能的食物 92
7. 增强性功能的药膳 93
8. 一年四季合理进补 94
(七)新婚“兵法” 97
1. 婚姻美满五要诀 97
2. 怎样做个好妻子 99
3. 怎样做个好丈夫 101
4. 妻子易犯的十条错误 102
5. 男人易犯的二十七个坏毛病 102
6. 与婆婆相处的八个秘诀 103
7. 搞好婆媳关系的十项原则 104
8. 与丈夫亲属交往的秘诀 104
9. 与丈夫的女秘书相处秘诀 105
10. 爱情常新五诀窍 106
11. 与老公过招六忌 107
12. 夫妻沟通“五五”法则 108
13. 做丈夫的情人 108
14. 女人莫搞“性惩罚” 109
15. 女人,当心自己婚外恋 110
16. 丈夫发生婚外恋后的对策 111

怀孕篇

一、怀孕准备概况

1. 优生从择偶做起 115
2. 怀孕的最佳年龄 121
3. 怀孕的最佳时机 122
4. 不宜怀孕的七种情况 123
5. 怀孕时要注意的事项 124

6. 破解不孕不育的密码 126
7. 不孕不育的检查、预防与治疗 127
8. 欢乐添丁——受孕丹方 130
9. 准妈咪孕前心理准备 131
10. 准妈咪孕前物质准备 134
11. 准妈咪孕前生理准备 136
12. 最佳孕前食谱 139
13. 准妈咪的人工受孕 141
14. 怎样确定自己怀孕了 142
15. 生男生女谁决定 144
16. 优生——肾优 148
17. 优生与智力、遗传的关系 148
18. 优生与父母的血型关系 149
19. 冬季怀孕不利于优生 151
20. 准爸爸孕前必知 152
21. 高龄准妈咪初产必知 153
22. 人流后的再次妊娠 155
23. 肥胖准妈咪轻松度过孕产期 156

二、准妈咪日常生活指南

1. 准妈咪能照相吗 156
2. 铅污染对准妈咪及胎宝宝的危害 157
3. 准妈咪慎用祛斑霜 157
4. 准妈咪怎样护理指甲 158
5. 久沸和反复煮沸的开水不易喝 158
6. 保温杯沏的茶水不宜喝 158
7. 准妈咪不宜穿紧身裤 158
8. 职场准妈妈巧应尴尬 159
9. 准妈咪床上用品的选用 161
10. 人多的地方准妈咪不宜去 162
11. 准妈咪怎样度过盛夏 162
12. 准妈咪轻松度过严冬 162
13. 合理运动有利于母婴健康 163
14. 准妈咪不宜睡软床 163
15. 准妈咪洗衣注意事项 164
16. 劳动部《女职工禁忌劳动范围的规定》 164
17. 准妈咪正确看电视 165
18. 准妈咪最好的洗澡方式——淋浴 165
19. 准妈咪正确使用腹带 166
20. 准妈咪不宜长时间进行日光浴 167
21. 准妈咪不宜久站久坐 167
22. 准妈咪开心旅行禁忌 168
23. 准妈咪不宜打麻将 169
24. 准妈咪不要刺激乳头 170

三、影响胎宝宝生长发育的原因

1. 孕早期忌用手机 171
2. 大量补钙和鱼肝油对胎宝宝的影响 171
3. 吃嫩火锅的危害 172
4. 准妈咪不宜洗热水澡 172
5. 准妈咪不宜戴隐形眼镜 172
6. 风疹对胎宝宝的影响 173
7. 准妈咪打防疫针对胎宝宝的影响 173
8. 感染衣原体对胎宝宝的影响 174
9. 准妈咪不宜吸烟 174
10. 准妈咪不宜饮酒 175



11. 浓茶对胎宝宝的影响 176
12. 添加剂对胎宝宝的影响 176
13. 电热毯对胎宝宝的影响 176
14. 电脑对胎宝宝的影响 177
15. 电线对胎宝宝的影响 178
16. 电风扇对胎宝宝的影响 178
17. 微波炉对胎宝宝的影响 178
18. 化妆品对胎宝宝的影响 179
19. 准妈咪不宜养宠物 179
20. 病毒感染对胎宝宝的影响 180
21. 高热对胎宝宝的影响 180
22. 准妈咪应远离噪音 181
23. 有病不医对胎宝宝的影响 181
24. 多次做 B 超、接触有害物质对胎宝宝的影响 181
25. 过度依赖丈夫对胎宝宝的影响 182
26. 孕期不应完全禁欲 182
27. 孕期忌过度节食 182
28. 营养过剩对胎宝宝的影响 182
29. 孕期不宜自我封闭 182

四、准妈咪十月怀胎保健指导

1. 准妈咪孕一月保健指导 183
2. 准妈咪孕二月保健指导 188
3. 准妈咪孕三月保健指导 199
4. 准妈咪孕四月保健指导 210
5. 准妈咪孕五月保健指导 222
6. 准妈咪孕六月保健指导 241
7. 准妈咪孕七月保健指导 256
8. 准妈咪孕八月保健指导 265
9. 准妈咪孕九月保健指导 274
10. 准妈咪孕十月保健指导 281

五、准妈咪不可盲目用药

1. 准妈咪患病用药有学问 289
2. 准妈咪慎用致胎儿畸形药物 289
3. 准妈咪的用药原则 292
4. 准妈咪慎用西药 293
5. 准妈咪慎用中药 294
6. 准妈咪忌用清凉油 295
7. 准妈咪能注射乙肝疫苗吗 295
8. 准妈咪能打哪些防疫针 295
9. 准妈咪忌服驱虫药 297
10. 准妈咪感冒用药禁忌 297
11. 准妈咪慎接种流感疫苗 298
12. 准妈咪慎用镇静药 298
13. 避孕药对胎儿的影响 299
14. 准妈咪不应服阿司匹林 300
15. 常用药物的毒副作用一览表 301
16. 丈夫用药也可使胎儿畸形 303
17. 准妈咪慎用吗丁啉 304
18. 准妈咪孕吐禁用胃复安 304
19. 抗癌药物具有致畸作用吗 304
20. 麻醉药具有致畸作用吗 305
21. 利尿药具有致畸作用吗 306
22. 提倡准妈咪服些酵母片 306

六、孕期夫妻性生活的忌与宜

1. 表达性爱的三种方式 307

需要全本请访问 www.ertongbook.com

2. 提高性爱质量的五大绝招 308
3. 性生活与优生忌十三事 312
4. 适度运动有利于性生活 314
5. 准妈咪做爱保健 315
6. 准妈咪的几点性疑问 317
7. 易误解的几个性问题 318

胎教篇

一、胎教的概述

1. 胎教的起源 323
2. 如何认识胎教 323
3. 古代的胎教 324
4. 中外最新的胎教动向 326

二、关于胎教的25个问题

1. 胎儿会哭吗 330
2. 胎儿会喝水吗 332
3. 胎宝宝有记忆吗 332
4. 胎宝宝能上学吗 335
5. 胎宝宝也会发脾气吗 336
6. 胎儿能听到声音吗 337
7. 胎儿有视力吗 338
8. 除听觉、视觉外，胎儿还有哪些感觉功能 339
9. 胎儿做梦吗 339
10. 准妈咪求知欲对胎儿的影响 340
11. 准妈咪怎样进行放松训练 340
12. 如何模拟父母胎教日记 341
13. 为什么要对胎儿进行习惯培养 342
14. 适时给胎儿起名字 342
15. 谁是真正的胎教主角 343
16. 准爸爸能为胎教做什么 343
17. 家庭其他成员能为胎教做什么 344
18. 怎样与胎儿对话 345
19. 怎样与胎儿做游戏 346
20. 怎样给胎儿讲故事 346
21. 怎样教胎儿识字 347
22. 怎样教胎儿学英语数学 348
23. 怎样与胎儿一起做体操 349
24. 对胎儿行为的培养 349
25. 对胎儿性格的培养 350

三、胎教的20个细节

1. 胎教的原则 351
2. 保持正确的胎教心理 352
3. 胎教适宜的开始时间 356
4. 音乐胎教法 357
5. 音乐胎教的种类 359
6. 音乐胎教应注意的事项 360
7. 正确选择胎教音乐 361
8. 体育胎教法 363
9. 语言胎教法 365
10. 想象胎教法 367
11. 美育胎教法 368
12. 阳光胎教法 369
13. 情绪胎教法 370
14. 阅读胎教法 372

15. 画画剪纸的胎教 373
16. 勤于编织也是胎教 373
17. 营养胎教 374
18. 色彩在胎教中的作用 375
19. 十月胎教要案 376
20. 中国医学关于胎教的措施 378



分娩篇

1. 产妇的产前心理准备 383
2. 产妇产前心理对胎儿的影响 383
3. 分娩时必备用品大全 385
4. 初生婴儿所需物品一览表 386
5. 产妇住院注意事项 387
6. 妊娠晚期异常情况的处理 387
7. 如何进行产时母婴监护 388
8. 什么时候开始做产前检查 389
9. 产妇要定期做产前检查 390
10. 产前检查时间表 391
11. 丈夫是最佳的陪产人 392
12. 何谓产道 392
13. 自然分娩的过程 393
14. 人工分娩 399
15. 分娩时的辅助运动 401
16. 无痛分娩法 402
17. 剖宫产有何利弊 403
18. 剖宫产后的饮食调理 405
19. 产后注意外阴卫生 405
20. 产后的性生活 406
21. 产后妈咪怎样健美 406
22. 产后怎样饮食调养 407
23. 分娩后 1 月食谱 409
24. 产后常见病及治疗 411
25. 新生儿出生后头部为什么会变形 417
26. 怎样抱新生儿 418
27. 适时给新生儿穿内衣 418
28. 积极推行母乳喂养 419
29. 哪些药物影响哺乳 420
30. 宝宝是否吃饱了 420
31. 母乳不足时的哺喂法 421

新婚篇





开朗自信的女人乐观豁达，她相信你会取得成功，相信你的胆识和才能。她不会因你的挫折就对你失望，也不会因你的成功而沾沾自喜。



一、新婚筹备指南

（一）新婚统筹概况

1 男人选择怎样的女人做老婆

男人选择什么样的女人做伴侣，不仅对家庭有很大影响，而且可以说对男人的一生都有很大影响。

善解人意的女人细心、有洞察力，能从你表露的一些苗头想问题。快活时她与你一同分享；当你有难言之隐时，她能从你的举手投足中发现，并去劝慰你。

心地善良的女人始终把你当做一生中最好、最亲的人，她不仅对你，而且对你的邻居和同事也会乐善好施。你的邻里、同事会称颂她，从而对你也很尊敬。

自然优美的女人不是那种花枝招展、招蜂引蝶的人，她不去追求奢侈的生活，但懂得把自己打扮得令人赏心悦目，她得体的言行会让你舒心。

开朗自信的女人乐观豁达，她相信你会取得成功，相信你的胆识和才能。她不会因你的挫折就对你失望，也不会因你的成功而沾沾自喜。

聪慧的女人聪明贤惠，当你遇到什么事情难以决定时，她会告诉你一系列的参考意见。她是你的得力助手，能帮你开阔思路。



会理财的女人懂得如何安排你们的收入，让你始终不用为生活操心。她合理安排要做的事，能承担起各种义务，持好家、理好财，决不会虎头蛇尾。

讲究说话艺术的女人能针对人物的特点交谈，能使你获得良好的人际环境。她也总能把你的意图巧妙地告诉对方。

独立性强的女人能判断一件事的行与止，不会老缠着你就一些小事让你作出决断。她能独立地工作、安排家务，给你充足的时间去考虑事业上的事。



② 女人选择怎样的男人做老公

在踏上婚姻红地毯之前，你可能心里七上八下，对未来还没有十分的把握，下面一些建议仅供参考：

（1）理想的伴侣应该有一技之长。古人说：“良田万顷，不如薄技在身。”婚后的经济问题是最现实的问题。

（2）理想的伴侣应该有很强的判断能力。你可以从安排一个周末的节目作为参考，假使未来的丈夫处理这些小事都犹犹豫豫，没有条理，试想未来碰到重大变化，你能依靠他吗？

（3）不修边幅、污秽肮脏的男人不是理想的好伴侣。一个人的成功虽然有许多因素，但衣饰齐整、容貌光润，在社会上能留给人以良好的印象，这应该说是少不了的。

（4）嫁给一个有不良嗜好的男子，难得指望能有一个美满的婚姻，小之如抽烟、饮酒，大之如赌博、夜游。也许在恋爱的时期他会为你而戒赌，但是，万一结了婚以后嗜好重染时，你那时可能就会为了这事而离婚。

（5）浪费固然是不对的，但过分的吝啬也是婚姻中的黑点。夫妻之间终日要为金钱斤斤计 较，这滋味也是不好受的。只有亲身经历的人才知道，在恋爱时期，或许不容易看出对方的缺点，但是如果细心地观察，还是会看得出来的。

（6）嫉妒心太重的男子，也不是理想的对象，因为他必然多疑。在婚后的日子中，你难保不碰到旧时的男友或亲戚，有时甚至是自己的异性好友，他终日里疑神疑鬼，你们还能有什么幸福可言？

（7）婚前就向你提出越轨的要求，这不是幸福婚姻的开始，始乱而终弃，也许等不到结婚时，你们就已经闹分手了。



（8）不要贸然答应一个必须和公公婆婆住在一起的男子的婚姻。大家庭中

难以预料之事很多，与其日后吵架分居，还不如开始就组织自己的家庭。当婆婆看到她儿子待另一个女人如此之好时，难免由不快而生嫉妒。于是，是非就开始了。

（9）拥有百万家财的金龟婿也好，风流潇洒的美男子也好，这都不过是一时的倾心或满足而已，只有一个温存体贴的男子才是理想的丈夫。

（10）不要和一个有妇之夫谈恋爱，即使他的遭遇令天下人都同情，还是等他的家事告一段落时，再谈恋爱也不迟，因为掉到恋爱之网中的男女，已无法让理智来判断一切了。



3 婚前体检的法律依据

我国《婚姻登记管理条例》第十条规定："在具备条件的地方，应当建立婚前健康检查制度。实施婚前健康检查的具体地域范围，由省、自治区、直辖市人民政府的民政部门、卫生行政部门提出意见，及本级人民政府批准。"依据这一规定，婚前健康检查在有此规定的地方，是办理结婚登记的一项必经程序。

4 婚前体检的意义

婚前健康检查是优生的重要关口。做好婚前检查可以了解本人的健康状况、家庭和家族的健康状况。如果双方身体都健康，婚后就能生出健康的后代。如果检查中发现有较严重的疾病或遗传病，就要根据情况做出不能结婚、暂缓结婚、结婚后禁止生育或限制生育的决定。

5 婚检的内容包括哪些

医护人员对当事人做婚前检查时，应尊重当事人的意愿。可以是一次全面的、系统的健康检查，也可以局限于医学上认为不应当结婚或不宜生育的疾病范围之内，如遗传性疾病、传染性疾病等。凡与此类疾病无关的部位和问题，当事人有权拒绝检查和询问。一般情况下，性器官部位，多是男医生检查男方，女医生检查女方。除检查《婚姻法》规定禁止结婚的内容外，任何医护人员不

需要全本请访问 www.ertongbook.com



得受任何人指令或请求，乱加检查项目或出具虚假证明。经检查，确有《婚姻法》禁止结婚或禁止生育疾病的，医护人员应如实出示检验报告。

健康询问内容为：本人身体状况如何，过去和现在患有何种疾病、治疗情况及目前状况如何，有无遗传病、传染病、精神病等，是否进行过治疗，目前状况如何；女方何时来月经，目前月经是否正常；男方何时开始遗精等。



家族史调查内容为：三代以内有血缘关系的直系、旁系亲属的健康状况，特别是遗传病、遗传缺陷和畸形，拟结婚的男女之间有无近亲血缘关系。

体格检查内容为：身体发育状况、精神状态、皮肤、脊柱、四肢等是否正常，有无畸形；第二性征发育情况，如体型、喉结、乳房、阴毛分布及声音等；生殖器官主要是检查其发育情况是否与年龄相符，有无疾病或畸形，是否可以治疗或通过手术矫正。

实验室检查及其他辅助检查项目为：血常规、尿常规、肝功能、乙型肝炎表面抗原及e抗原、胸部透视等，必要时做染色体检查、精液检查、性病检查。女性通常检验白带，检查有无滴虫、霉菌等。

如在检查中发现其中一方有某种需要治愈后才可以结婚的疾病，医生应及时提出建议并予以劝导。如发现被检查者患有不能结婚的疾病或属三代以内的血亲关系，医生应及时向被检查者讲明结婚的危害性。对可以结婚、不应生育，或者可以生育但需要符合一定条件才能保证生育安全的被检查者，检查医生亦应向当事人提出结婚后的避孕措施或需要注意的事项。对于婚姻登记机关指定的鉴定项目，检查证明上应明确标注，婚姻登记机关将根据检查结果决定是否为申请结婚者办理结婚登记手续。

一般情况下，发现有较严重的疾病和遗传病，以及传染病的活动期，都不能结婚。生殖器官畸形而无法矫正者，也不宜结婚。某些疾病经过治疗，病情得到稳定和好转，不致危及对方时，可以结婚。不十分严重的生殖器官畸形，

经过矫正或补救，也可以结婚。

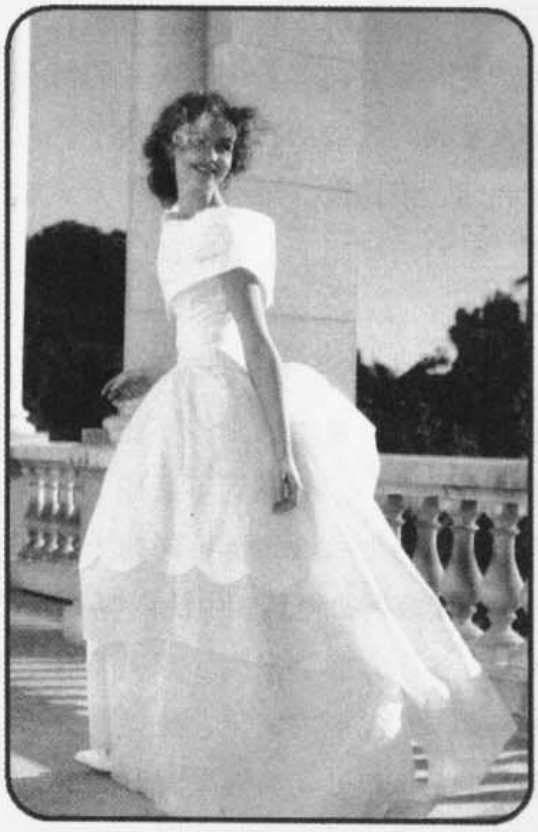
有些情况虽然允许结婚，但从优生学角度考虑应禁止生育。例如双方都是相同的遗传病患者应禁止生育，即先实行绝育手术，才能结婚。如果一方患有发病率较高，而且症状比较严重的遗传病，也应禁止生育。例如患有常染色体显性遗传病，只要有一个致病基因就能发病，而且代代相传；患有 X 连锁显性遗传病的女性患者，她的基因为杂合子，能将其致病基因传给她的一半子女，也应禁止生育。

6 近亲为何不能结婚

我国《婚姻法》规定禁止结婚的血亲关系有两类：一类是直系血亲。包括父母子女间，祖父母、外祖父母与孙子女、外孙子女间。第二类是三代以内的旁系血亲。包括同源于父母的兄弟姐妹之间，表兄弟姐妹之间，都不宜结婚。禁止一定范围内的血亲结婚，对于提高出生人口的素质有特别重要的意义。

7 结婚的生理条件

结婚不能草率，应在条件成熟后才宜结婚。由于每个人的婚姻观念不同，信仰不同，自认为条件成熟的标准也不同。大体上说，结婚成熟的条件应包括：生理条件、心理条件、物质条件、经济条件，以及学业和事业等。无论男女，只要具备了法定的结婚年龄，全身各部组织系统、内分泌系统发育成熟，生理条件具备了成年人的所有特征，就可以结婚。男性身体发育成熟的标志是：骨骼生长到顶点后不再增高；睾丸、阴茎发育正常；沙哑的声调完全变为成年人声调；生长阴毛、腋毛、胡须。女性发育成熟的标志是：身高体重（肥胖者除外）基本定型；乳房发育良好，月经周期正常；骨盆定型，臀部丰盈。





8 结婚的心理条件

（1）摆脱对新生活的幻想，期望不可过高。由于受影视媒体渲染，一般青年人都对新婚生活充满幻想，认为想多好便会有多好，似乎蜜月中一切都是甜的，情人眼中的爱人形象也都是完美无缺的。因此，如果对婚后生活期望过高，而现实生活又并非如此时，青年人会有很强的心理失落感。其实小夫妻双方都是普普通通、有血有肉的人，不是天使；生活中有各种繁杂的琐事需要我们应对，我们的生活不是在天堂；美好生活是大家共同营造的，蜜月的甜美也是大家共同营造的，自己愉快了，大家才和睦。俗话说，结婚前要睁大一双眼睛，结婚后要闭上一只眼睛，生活就是这样子。

（2）做好适应新生活的心理准备。婚后生活与独身生活是很不相同的，开始时新婚夫妇都会感到不适应，这是因为结婚把两个生活经历不同的人结合成为一个小家庭，使其在生活内容、方式、环境等各个方面都发生了显著变化。这对于女方来说更为突出，她要与许多陌生人相识和相处，如同重新开始自己的新生活，闯入了一个新天地。因此，聪明的女性在婚前就应主动地创造条件去认识和熟悉他的亲人、朋友和同事，这样就会在婚后不再感到那么突然和紧张。

（3）对性知识和性心理知识应有所了解。结婚就意味着过夫妻性生活，性生活质量的好坏关系到夫妻的和谐与幸福，而过去这方面是个禁区，因而使许多青年饱尝了苦头。所以，必须认真学习有关知识，特别要了解异性心理的一些基本常识，这对婚后性生活和谐颇有帮助。

9 结婚的物质条件

结婚是一个新家庭的诞生，因此，做好物质准备很重要。一是要购置必要的生活用品，这应本着勤俭、实用、美观、合理的原则，不能为了摆阔气而超出自己的经济支付能力；二是要有足以维持婚后日常生活的开支，若没有这种能力就先不要结婚。购置生活用品也好，计划婚后经济生活也好，都需要双方共同协商，合理安排。

10 结婚的经济条件

男女双方或一方有了足以维持未来家庭生活的经济收入，或是有了固定工作，或是有了土地资源及物质资源，或

是有了足以养家糊口的劳动能力和智慧，不再依赖父母，就可以独立支配和安排家庭生活。

11 结婚与学业的成熟

读书学习是人生事业有成的关键所在，要想继续读书深造，就要考虑结婚对学业是否会有影响。如果怕有影响，就要推迟婚期，待学业有成、事业稳定后再结婚。

12 结婚与事业的成熟

搞事业需要专心致志，如果担心结婚会影响个人从事的某项研究和某项事业，那就在研究获得成功、事业有了基础以后再结婚。如果夫妻间能互相理解，互相支持，事业和结婚并不发生矛盾，反而会在对方的支持鼓励下获得更大的成功。

13 办理结婚登记手续

结婚登记的法定程序是：

要求结婚的男女双方必须亲自到婚姻登记处进行相关结婚登记。符合《婚姻法》规定的，予以登记，发给结婚证。取得结婚证即确立夫妻关系。这里说明三点：

第一，结婚登记机关和对当事人的要求。根据我国《婚姻登记办法》的规定和实际情况，结婚登记的机关，城市设在街道办事处或区民政科，农村设在乡（镇）人民政府。办理结婚登记时，不许请人代理，不许亲属顶替，不许一方代表另一方，也不许用书面表态代替本人到场。否则，不给予登记。



第二，申请与审查。结婚登记机关对当事人的结婚申请，应首先把《婚姻法》关于结婚的规定和禁止结婚的规定，向当事人讲述清楚，然后进行严肃认真的审查。必要时可以对当事人进行询问或开展调查，其目的是为了弄清楚双方



是否真正自愿，有无包办、买卖婚姻和其他干涉婚姻自由的行为；有无借婚姻索取财物的现象；年龄是否符合法律规定的要求；有无不应结婚的近亲关系。申请结婚的男女对登记机关的提问，不能欺骗或隐瞒。

第三，婚姻的成立。经婚姻登记机关审查，申请结婚的男女双方符合法律规定的，应准予登记并发给结婚证；取得结婚证，合法的夫妻关系就正式成立。是否举行仪式，法律未作规定，由当事人双方确定。如果婚姻登记机关审查不符合《婚姻法》有关的结婚规定，将不予登记，并向当事人说明不予登记的理由。

14 最佳结婚年龄

从生理功能上讲，人体一般需在23～25岁才能发育到完全成熟的程度。因此，最小的生育年龄应是女子23岁，男子25岁。

我国《婚姻法》规定的结婚年龄是结婚的最低年龄，但是从优生优育的角度看，这个年龄结婚生育孩子并不是最佳年龄。20～25岁的青年，正是增长知识、拓展事业、积累财富的大好时机，如果这段时间结婚、生育，会使自己失去许多机会。但是，我们也不主张过晚结婚生育，女青年生育年龄最好不要超过30岁，尤其不宜超过35岁。

无论从医学还是社会学的角度来讲，最佳结婚年龄男方应为25～27岁，女方应为23～25岁。婚期最好选择在最佳结婚年龄，这对新婚夫妇以后的生活是大有益处的。

15 最佳结婚身体状况

婚期应当选择在男女双方身体都较健康的时间内，因为结婚的劳累、婚后性生活以及生育等，都需要健康的身体。如一方患有某些疾病未痊愈或虽痊愈而体力尚未完全恢复，不宜举行婚礼。

16 最佳婚期

选择节假日。每年都有几个重大节日，如五一节、国庆节、元旦、春节等，在此佳节，远近亲朋相聚在一起，共贺喜庆，其乐融融，此乃人之常情。因此，人们往往把婚期安排在节假日。

季节的选择。有些青年男女打算旅行结婚，也有的大龄青年婚后希望早日怀孕。这样，举行婚礼的季节也成了考虑的因素之一。从旅游角度出发，春秋两季是旅游的黄金时期；从优生角度考

虑，夏末、秋初怀孕最为理想，因为八月份怀孕，次年五月份分娩为最佳孕育时期。



避免“撞红”。如果婚期正值新娘月经来潮，在洞房之夜，首次性生活是在月经期进行的，常被称为“撞红”。

在新娘月经期性交即“撞红”，常可造成生殖器官的感染，轻的引起痛经，重者引起输卵管炎症阻塞，影响日后生育，将会遗恨终生。因此，结婚佳期的选择，不能单纯考虑节日等，必须考虑女方的月经周期，一定要避免“撞红”，这是不能忽略和回避的问题。

如一定要选择节假日，而又巧逢月经来潮之日，则应采取人工方法使月经周期向后推延，即提前 5 天服炔诺酮（妇康片），每日 2.5～5 毫克，直到婚后。但此药不能服用太长时间，以免干扰正常月经期。

（二）新婚建议

1 新娘婚前十戒

世上最缺的也许真就是后悔药。每当我们寻寻觅觅地征战了许久，找到一个人许配终身，但随着时间的推移，会发现这样或那样的不如意。心里面明明知道“不听老人言，吃亏在眼前”，但依然无怨无悔地“不撞南墙不回头”！以下戒条，供正在热恋中的姐妹们参考。

第一戒：不要过早地让亲家见面

本以为双方的父母见了面，走得近乎一点儿对自己是好事，其实这是天大的错误。彼此熟悉之后，会逐渐由于生活习惯的不同产生误解，比较严重的就会谁也看不惯谁，最后难办的是你自己。最好的就是该结婚了，双方亲家再见面，保持在客气状态最好。结婚后最好也少见面，俗话说：“距离产生美。”

第二戒：不要对未来婆家养成购物偏爱

不能在结婚前的节日里频繁地给婆婆公公买东西，但对老公不做要求。长时间这样，就会逐渐让老公习惯地认为给他妈、他爸买东西是正常的事，形成女孩子嫁人就要以婆家为主的观念。建

需要全本请访问 www.ertongbook.com