

XING FU

妇幼保健工程首推方案
AI CHAO CONG SHU

生女孩生男孩都要有科学的方法

生女 生男

最佳方案



大众文艺出版社



XING FU

妇幼保健工程首推方案

AI CHAO CONG SHU

- 责任编辑 / 晋 水
- 装帧设计 / 鲁 冰

ISBN 7-80171-459-8



9 787801 714596 >

实用、科学的生育方案

- ◎ 优生优育
- ◎ 新婚及受孕时机的选择
- ◎ 决定性别的基本因素
- ◎ 生女生男的事前选择
- ◎ 科学的全程指导

ISBN 7-80171-459-8/R · 13

定价：23.80元

XING FU

妇幼保健工程首推方案
AI CHAO CONG SHU

生女孩生男孩都要有科学的方法

生女 生男

最佳方案



大众文艺出版社

图书在版编目(CIP)数据

生女生男最佳方案/刘美红编著.

—北京:大众文艺出版社,2004.5

ISBN 7-80171-459-8

I. 生…

II. 刘…

III. 生育-基本知识

IV. R339.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 036839 号

大众文艺出版社出版发行

(北京市东城区府学胡同甲 1 号 邮编:100007)

北京市业和印务有限公司印刷 新华书店经销

开本 880×1230 毫米 1/32 印张 14 字数 240 千字

2004 年 5 月北京第 1 版 2004 年 5 月第 1 次印刷

印数:1-7000 册

ISBN 7-80171-459-8/R·13

定价:23.80 元

版权所有,翻版必究。

大众文艺出版社发行部 电话:84040746

北京市东城区府学胡同甲 1 号 邮编:100007

前 言

进入 21 世纪以来,人们的生活发生了巨大变化,科学知识比以往任何时期都显著地改变着人们的生活、影响着人们的生活。每一个新家庭,从建立的那一天开始,就渗透了最新的科学知识,从新婚生活到怀孕时机的选择,优生、优育、安胎养胎、妊娠保健、营养与胎教、孕妇的产前训练、新生儿的日常护理,婴幼儿的早期培养与教育,幼儿良好习惯的养成到宝宝的成长,无所不包,就像是一部完整的百科全书。

时代在发展,生活在进步,不断更新、完整、及时地向人们介绍这些科学常识,就成了我们的责任和义务。正是基于这一点,尽管目前各种新婚必读、孕产妇婴幼儿护理及产妇保健大全等书籍很多,我们还是从更新孕产妇及育儿知识的角度出发,本着实用、全面、科学的宗旨,重新编写了这套《幸福爱巢丛书》图书工程,力求在书籍的包装制作上更上一层楼,帮助人们获得更多、更新的这方面的科学知识。我们相信这套丛书的出版,对于进一步提高人们科学化生活的水平,满足现代化家庭高品质、高品味的需求,促进婴幼儿健康成长,将会有很大的帮助。

编 者

2004 年 4 月 18 日

目 录

第一篇 生女生男新概念

生女生男法的特点	(3)
了解生女生男的真相	(3)
生女孩的优点	(5)
生男孩的优点	(6)
生女生男不再听天由命	(8)
生女生男的愿望	(8)
科学性的生女生男法理论	(9)
胎儿性别可以人为控制	(10)
身体健康最关键	(10)
夫妻双方需要共同努力	(11)
生女生男的几率	(12)
几率：男孩子 81%，女孩 80%	(12)
科学不是万能的	(13)
生女生男法的历史发展	(14)
生女生男法的传统说法	(14)

生女生男法理论基础的奠基人	(18)
神奇的组合	(19)
传说中的生女生男法	(19)
受精的瞬间决定胎儿的性别	(20)
区别男女性别的神话	(21)
卵子与精子的结合	(22)
生命的开始是受精卵	(25)
精虫染色体决定婴儿的性别	(27)
认识 XY 的生女生男过程	(28)
染色体的作用是父传子的生物学遗传	(28)
22 组常染色体与 1 组性染色体	(30)
制造女孩的 X 精子与制造男孩的 Y 精子	(31)
X 精子耐酸、Y 精子耐碱	(33)
阴道内对 X 精子有利，子宫内对 Y 精子有利	(35)
选择好性交的时机能达到生女生男的目的	(36)
生女生男随心所欲	(38)
高潮时阴道内呈碱性	(38)
想生男孩就要达到高潮	(40)
阴道内保持酸性较容易生女孩	(41)
阴道内保持碱性较容易生男孩	(43)
林卡尔能让生男孩几率高达 90%	(43)
采出 X 精子让你生女孩	(46)

第二篇 生女生男与遗传科学

基因掌握遗传的生杀大权	(53)
遗传的奥秘	(53)
基因与遗传的关系	(54)
父母能将哪些东西遗传给下代	(56)
要进行遗传咨询	(57)
血型的遗传基因	(58)
孩子的智力取决于双亲的遗传	(59)
关于遗传性疾病	(60)
哪些父母有出生遗传病后代的风险	(62)
手纹与遗传性疾病的联系	(64)
为什么聪明的夫妇会生出一个痴呆儿	(67)
她为什么不宜生男孩	(68)
有些人不宜结婚生育	(68)
婚育年龄对胎儿的影响	(70)
怎样认识遗传学咨询	(72)
哪些人需做产前遗传学诊断	(73)
性别选择的时间因素	(75)
理论基础	(76)
正确掌握时间因素	(77)
其他的时间因素	(78)

第三篇 生女生男相关知识

新婚房事	(83)
新娘蜜月调养	(83)
新郎蜜月调养	(86)
新婚常见病	(88)
洞房意外	(90)
经期不宜性交	(92)
饭后、浴后不宜立即同房	(93)
忌性生活过度	(95)
性生活过度信号	(97)
蜜月性生活具备的条件	(100)
新婚夫妇房事障碍	(102)
讲究性文明	(104)
科学的优生	(106)
理想的受孕年龄	(106)
选择好怀孕的最佳时机	(106)
结婚的年龄与优生	(108)
不能近亲结婚	(111)
婚前应注意事项	(114)
可以结婚，但不宜生育者	(115)
如何判断易受孕的阶段	(115)

怀孕早期应注意的问题	(118)
生女生男必须讲究科学	(122)
霉菌和梅毒	(124)
婚前体检发现滴虫性阴道炎的处理方法	(127)
婚检发现一方为乙肝表面抗原阳性怎么办	(130)
怎样对待包茎与包皮过长	(131)
精索静脉曲张不会影响生育	(132)
婚后多长时间怀孕好	(133)
最佳的怀孕的季节	(133)
患哪些疾病时不宜受孕	(135)
受孕时的若干禁忌	(136)
常用人工控制生育性别的方法	(136)
改善排卵障碍的药膳	(138)
改善输卵管障碍的药膳	(142)
改善着床障碍的药膳	(146)
改善子宫颈障碍的药膳	(151)
改善精子状态不良的药膳	(156)
受孕前的准备	(162)
孕前男女双方的准备工作	(162)
创造和谐的家庭气氛	(162)
夫妻共学妇幼保健常识	(163)
预防接种	(164)

科学的避孕方法	(165)
最常用的男性避孕法	(165)
安全套的使用方法	(166)
月经不调的妇女的避孕方法	(167)
哺乳妇女的避孕方法	(167)
怎样正确使用安全期避孕, 是否可靠	(168)
女用避孕药的避孕原理	(170)
哪些妇女不宜使用避孕药, 何种情况应停药	(170)
女用短效避孕药成分与用法	(172)
女用长效避孕药成分与用法	(173)
女用长效避孕针成分与用法	(173)
探亲避孕药有哪些种类, 如何服用	(174)
皮下埋植避孕剂的作用原理是什么, 有什么优缺点	(175)
长期服用避孕药后再孕不会影响胎儿健康	(176)
服用哪些药物时不宜同时服用避孕药	(177)
服用避孕药失败的原因	(178)
如何防治避孕药物引起的类似早孕反应	(178)
如何防治避孕药物引起的闭经或月经过少	(179)
如何防治避孕药物引起的阴道出血	(180)
如何防治口服避孕药的副作用	(181)
如何使用阴道环	(183)

外用避孕药的避孕原理	(184)
宫内节育器避孕原理	(187)
使用安全套失败的原因及补救措施	(188)
避孕的最好方法	(190)
上环后的注意事项	(191)
长期置环对妇女健康无影响	(192)
选择适合自己的避孕药	(193)
长效口服避孕药的用法	(194)
阴道避孕药环	(195)
阴道隔膜避孕法	(196)
避孕宫颈帽	(197)
第一胎人工流产应慎重	(197)

第四篇 生女生男最佳方案

生女生男法的推进	(201)
生女生男法一步一步踏实前进	(201)
如果想生女孩	(202)
如果想生男孩	(203)
生女生男法与生出畸形儿有关吗	(204)
利用食物法达到生女生男的效果	(205)
生女生男法的指导	(207)
利用生女生男法避免伴性遗传病	(207)

实行生女生男法，夫妻一定要充分沟通	(209)
生女生男法要在充满夫妻情爱的气氛中进行	(211)
生女生男无法达到 100% 的效果	(212)
现代人之中 80% 想要“生女孩”	(215)
子女是看着父母的行为而长大的	(216)
像男孩、像女孩	(217)
重视孩子的纯真最重要	(219)
培养能够独立思考的聪明女孩	(221)
饮食控制法	(222)
饮食对胎儿性别的影响	(222)
离子学说	(223)
离子学说特殊食谱	(226)
酸碱学说	(227)
饮食控制法的时机	(230)
控制生男法	(231)
阴道酸碱度控制法	(234)
自然控制阴道酸碱度	(235)
控制生男的重碳酸钠冲洗法	(236)
控制生女的醋酸溶液冲洗法	(237)
如何测知正确的排卵日	(238)
排卵日当天性交生男孩	(245)
排卵日的前三天性交生女孩	(246)

配合做好避孕的工作	(247)
避孕药会影响体内的激素	(247)
避孕环会形成子宫凹陷	(248)
保持自然生理的保险套避孕法	(248)
认识天然钙	(250)
天然钙质的功效	(250)
如何服用	(251)
天然钙的成分	(251)
决定生女生男时	(253)
生男孩的步骤	(253)
生男孩的要领	(254)
生女孩的步骤	(256)
生女孩的要领	(256)
精子分离术	(258)
X精子与Y精子在DNA的区别	(258)
白蛋白方法分离生男精子(爱瑞森法)	(262)
过滤分离精子	(265)
怎样认识人工受精	(268)
人工受精的最佳时机	(268)
操作方法的选择	(270)
成功率与并发症	(271)
人工受精选择生男的原则	(272)

人工受精选择生女的原则 (274)

第五篇 生女生男 MPS 选择法

以母亲的生态活动周期来决定性别	(279)
MPS 方式与占卜不相干	(279)
非处方和非药物的“MPS”方式	(280)
生态活动周期的数值计算	(282)
身体周期为正会生男孩，为负则生女孩	(283)
正确确定你的生态周期	(285)
先找出你的基本数值	(285)
闰年出生的情形	(286)
知道一生的生态活动周期就能万无一失吗	(288)
生态活动周期的计算方法	(290)
怎样画生态活动周期曲线	(291)
怎样推算预产期	(293)
怎样确定最后月经的第一天	(295)
让我们继续做分析	(297)
生女生男的最佳时间	(299)
把握生男孩的最佳机会	(299)
抓住生女孩的最佳机会	(301)
如果你嫌麻烦，就改以此法来控制	(303)
等待最佳时机迈向成功大道	(305)

自制一张想生男育女的表	(306)
知道排卵日，机会就会增加	(307)
预测排卵日的正确方法	(309)
基础体温法——正确的方法之一	(309)
记录排卵日身体状况的变化	(310)
基础体温法只告诉你排卵期而非排卵日	(311)
以颈管黏液法来测知排卵日	(313)
中间痛察知法——排卵的瞬间会有感觉	(315)
MPS 方式专用的生男育女表	(316)
让大家一起来实践	(318)
利用 MPS 方式，成功率 97%	(318)
机会期间的性交，必须隔一天进行	(319)
排卵日若有偏差，便是性交的时机	(322)
想生男孩的三原则	(322)
想生女孩的三原则	(324)
决定生男孩或女孩的方法	(326)
掌握决定权的是精子	(326)
男性 Y 精子与卵子结合会生男孩，反之则生女孩	(328)
席特斯博士的控制生男育女法	(329)

第六篇 妊娠后的性别判定及孕妇须知

妊娠后的性别判定	(335)
----------------	-------