蒙台梭利亲子丛书

Maria Montessori's Guide for Parents

← 风靡全球的蒙台梭利育儿法 →

生男生女

生男孩的要领　生女孩的要领

Bearing a Boy or a Girl

中国儿童教育专家组 编著

兰 州 大 学 出 版 社

目录

MULU

前　言 【1】

第一章　重新认识生男生女 【1】

1. 生男生女法的意义 【2】

◆了解生男生女的真相 【2】

◆生女孩有什么优点 【3】

◆生男孩有什么优点 【6】

2. 生男生女不再听天由命 【8】

◆自古以来人们就有生男生女的愿望 【8】

◆具有科学性的生男生女法 【8】

3. 胎儿性别决定真能如你所愿吗 【9】

◆只要身体健康就能办到 【9】

◆夫妻双方需要通力协作 【10】

4. 生男生女的几率是多少 【11】

◆几率：男孩子 81%，女孩 80% 【11】

◆科学不是万能的 【11】

5. 生男生女法的发展 【12】

◆有关生男生女法的传统说法 【12】

◆生男生女法理论基础的奠基者 【15】

第二章　与生育相关的知识 【17】

1. 生理知识知多少 【18】

◆女性的生殖器官 【18】

◆男性的生殖器官 【20】

◆女性的月经 【22】

◆女性的性生理特点 【26】

◆女性的性感区 【30】
◆男性的性生理 【31】
◆男性的性感区 【33】
◆性生活的“时间差” 【33】
◆性生活的“性别差” 【34】
◆男女性反应的四个阶段 【37】
◆婚前性生活的害处 【44】
◆适宜的性生活环境 【44】
◆和谐的性生活 【45】
◆新婚之夜 【52】
◆性交前应洗下身 【53】
◆经期房事可致百病 【54】
◆房事频率 【54】
2. 如何做到优生 【56】
◆结婚的年龄与健康 【56】
◆近亲结婚的危害 【59】
◆婚前注意事项 【61】
◆可以结婚，但不宜生育者 【62】
◆为何未婚女子处女膜会破裂 【63】
◆霉菌不等于梅毒 【63】
◆婚前体检发现滴虫性阴道炎怎么办 【66】
◆婚检发现一方为乙肝表面抗原阳性怎么办 【68】
◆包茎与包皮过长的危害 【69】
◆精索静脉曲张会影响生育吗 【70】
◆最佳生育年龄 【70】
◆婚后多长时间怀孕好 【71】
◆怀孕的季节 【72】
◆患哪些疾病时不宜受孕 【73】
◆受孕时的若干禁忌 【74】
3. 孕前准备 【74】

◆孕前半年做准备 【74】
◆创造和谐的家庭气氛 【75】
◆夫妻共学妇幼保健常识 【75】
◆预防接种 【75】
4. 避孕方法 【77】
◆最常用的男性避孕法 【77】
◆安全套的使用方法 【78】
◆使用安全套失败的原因及补救措施 【79】
◆常用的女性避孕方法 【80】
◆新婚避孕的方法 【80】
◆避孕的最好方法 【84】
◆上环后的注意事项 【85】
◆长期置环对妇女健康无影响 【86】
◆选择适合自己的避孕药 【86】
◆长效口服避孕药的用法 【87】
◆长效避孕针的用法 【88】
◆避孕药皮下埋植剂 【89】
◆阴道避孕药环 【90】
◆阴道用药避孕法 【90】
◆安全期避孕法 【92】
◆阴道膈膜避孕法 【93】
◆避孕宫颈帽 【93】
◆第一胎人工流产应慎重 【93】
第三章 生男生女法的基本理论 【95】
1. 二合一的妊娠过程 【96】
◆妊娠的机会一个月只有一次 【96】
◆女性的卵子 【96】
◆男性的精子 【97】
◆当精子遇到卵子 【98】
◆子宫内的新生命 【100】

2. 谁是性别的决定者 【100】
◆遗传使者——染色体 【101】
◆负责生男生女的性染色体 【103】
◆男女不一样的 XY、XX 性染色性 【104】
◆性染色体的疾病遗传效应 【107】
◆怎么识别 X、Y 精子 【110】
◆阴道的酸性与受精 【112】
◆子宫的碱性与受精 【113】
◆高潮会使阴道内变成碱性 【114】
◆食物可以控制体液的酸碱度吗 【116】
3. 性别选择的时间因素 【117】
◆理论基础 【117】
◆如何掌握时间因素 【118】
◆其他的时间因素 【119】
第四章 生男生女的常规方法 【121】
1. 进行生男生女法前必须充分沟通 【122】
2. 饮食控制法 【123】
◆饮食对胎儿性别的影响 【123】
◆离子学说 【123】
◆离子学说特殊食谱 【125】
◆酸碱学说 【127】
◆饮食控制法的时机 【130】
◆控制生男法 【131】
3. 阴道酸碱度控制法 【133】
◆自然控制阴道酸碱度 【133】
◆重碳酸钠冲洗法控制生男 【134】
◆醋酸溶液冲洗控制生女 【135】
4. 选择适当的性交日 【136】
◆犹太人的性交法律 【136】

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com

◆如何测知正确的排卵日 【137】
◆排卵日当天性交生男孩 【142】
◆排卵日的前三天性交生女孩 【143】
5. 确实做好避孕的工作 【144】
◆避孕药会影响体内的激素 【144】
◆避孕环会形成子宫凹陷 【145】
◆保持自然生理的保险套避孕法 【145】
6. 什么是天然钙 【147】
◆天然钙质的功效 【148】
◆如何服用 【148】
◆天然钙的成分 【149】
7. 决定生男孩时 【150】
◆生男孩的步骤 【150】
◆生男孩的要领 【151】
8. 决定生女孩时 【155】
◆生女孩的步骤 【155】
◆生女孩的要领 【155】
9. 精子分离术 【159】
◆白蛋白方法分离生男精子（爱瑞森法） 【163】
◆过滤分离精子 【165】
10. 认识人工受精 【168】
◆人工受精的时机 【168】
◆方法的选择 【170】
◆成功率与并发症 【171】
◆人工受精选择生男的原则 【172】
◆人工受精选择生女的原则 【173】
第五章 生男生女事前选择法——MPS 方法 【175】

1. 依母亲的生态活动周期来决定性别 【176】
◆MPS 方式与占卜不相干 【176】
◆不需医生和药物的“MPS”方式 【177】
◆生态活动周期的数值计算 【179】
◆身体周期为正会生男孩，为负则生女孩 【179】
2. 怎样确定你的生态周期 【181】
◆先找出你的基本数值 【181】
◆闰年出生的情形 【182】
◆知道现在、过去和未来的生态活动周期就能万无一失吗 【184】
◆生态活动周期的计算法 【185】
◆生态活动周期曲线的画法 【188】
◆预产期的推算 【188】
◆怎样确定最后月经首日 【190】
◆让我们继续做分析 【191】
3. 生男生女　随心所欲 【193】
◆把握生男孩的理想机会 【193】
◆抓住生女孩的理想机会 【195】
◆如果你嫌麻烦，就改以此法来控制 【196】
◆等待确切时机迈向成功大道 【198】
◆制作一张你想生男育女的表 【199】
◆知道排卵日，机会就会加倍 【200】
4. 测知排卵日的正确方法 【202】
◆基础体温法——正确的方法之一 【202】
◆记录排卵日身体状况的变化 【203】
◆基础体温法只告诉你排卵期而非排卵日 【204】
◆以颈管黏液法来测知排卵日 【206】
◆中间痛察知法——排卵的瞬间会有感觉 【208】
◆MPS 方式专用的生男育女表 【209】

5. 请你加入一起来实践 【211】
◆利用 MPS 方式，成功率 97% 【211】
◆机会期间的性交，必须隔一天进行 【212】
◆排卵日若有偏差，便是性交的时机 【215】
◆想生男孩的三原则 【215】
◆想生女孩的三原则 【216】
6. 决定生男孩或女孩的方法 【218】
◆掌握决定权的是精子 【218】
◆男性精子与卵子结合会生男孩，反之则生女孩 【219】
◆席特斯博士的控制生男育女法 【220】
第六章 妊娠后的性别判定及其相关问题 【223】
1. 妊娠后的性别判定 【224】
◆妊娠中期性别选择法 【224】
◆妊娠早期性别选择法 【227】
◆受精卵着床前的性别选择 【233】
◆孕妇血液胎儿性别选择法 【239】
2. 你有不孕的烦恼吗 【241】
◆不孕症的流行病学 【241】
◆不孕症的病因 【244】
◆不孕症病因的探索 【250】
3. 妊娠问题解答 【253】
第七章 如何迎接新生命 【259】
1. 恭喜！你有喜了 【260】
◆恭喜！你已经怀孕了 【261】
◆避免怀孕伤害 【262】
◆优生饮食 【264】

◆人际关系 【265】
◆错误的性观念 【266】
◆既期待又怕受伤害 【266】
◆缓和恐惧感 【267】
2. 怀孕期的不适 【268】
◆孕吐 【268】
◆便秘 【270】
◆痔疮 【271】
◆频尿 【271】
◆静脉瘤 【272】
◆头痛、腰痛 【272】
◆下肢抽筋 【272】
◆雀斑 【273】
3. 妊娠中易患的疾病 【273】
◆妊娠毒血症 【273】
◆贫血 【275】
◆糖尿病 【275】
◆膀胱炎 【277】
◆肾盂炎 【277】
◆念珠菌症 【278】
◆阴道滴虫症 【278】
◆披衣菌感染症 【279】
◆妊娠性皮肤瘙痒症 【280】
◆站立性低血压 【280】
◆仰卧位低血压症候群 【281】
◆睡眠障碍 【281】
◆过换气症候群 【281】
◆感冒 【282】
◆怀孕障碍症 【282】
◆手根管症候群 【283】
4. 认清妊娠七大异变形态 【284】

◆妊娠七大异变 【284】
◆问题对策 【285】
5. 怀孕期保健 【293】
◆十月怀胎孕妇须知 【293】
◆孕妇家居生活常识 【298】
◆怀孕期的工作 【301】
◆定期产检 【302】
6. 预防流产与早产 【304】
◆流产 【304】
◆早产 【305】
7. 临产和分娩 【306】
◆什么是临产和分娩 【306】
◆准备婴儿房 【308】
◆必备品 【309】
◆为分娩做准备 【311】
◆分娩时的陪伴人选 【312】
◆准备住院的行装 【313】
◆分娩时的体位 【314】
◆如何减轻分娩时的疼痛 【315】
◆引产 【316】
◆胎儿监测 【318】
◆臀位分娩与双胎分娩 【319】
◆超过预产期 【320】
◆部腹产 【322】
◆胎儿出生 【323】
◆新生儿健康检查 【325】
附　录 【326】

第一章

重新认识生男生女

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com

此为试读,需要完整PDF请访问: www.ertongbook.com