

女性

保健养生馆

雷子◎编著

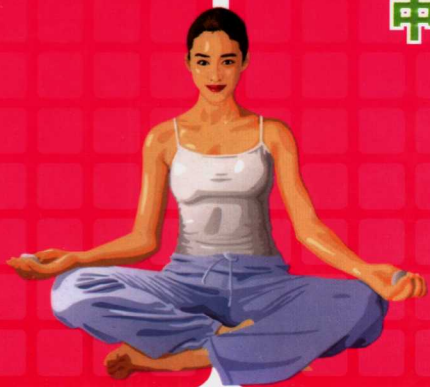
女性保健首选读本

魅力女人轻松搞定

- 女性生理揭密
- 青春期保健
- 新婚生活ABC
- 孕产期养生与保健
- 更年期生活宜忌
- 女性美容美体
- 妇科常见病防治与护理

河北科学技术出版社

美容瘦身养生保健 一切尽在你的掌控之中



女性

保健养生馆

女性保健首选读本

魅力女人轻松搞定

雷子◎编著

瘦身养生保健 一切尽在你的掌控之中

河北科学技术出版社

*Keeping Beautiful
Jiangshengquan*



· 图书在版编目(CIP)数据

女性保健养生馆/雷子编著. —石家庄:河北科学技术出版社,2006

ISBN 7-5375-3428-4

I. 女... II. 雷... III. ①女性—保健②女性—养生(中医) IV. ①R173②R212

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 086972 号

女性保健养生馆

编著 雷子

出版发行 河北科学技术出版社

地 址 石家庄市友谊北大街 330 号(邮编:050061)

印 刷 北京市业和印务有限公司

经 销 新华书店

开 本 880×1230 1/24

印 张 16

版 次 2006 年 9 月第 1 版

2006 年 9 月第 1 次印刷

定 价 29.80 元

版权所有 翻印必究

前言

随着社会的发展和人类的物质、文化、生活水平的提高,人们越来越注重追求健康和美丽,女性更是如此,而如何保健就成了女人特别关注的一个话题。为了满足广大女性日益增加的保健需求,我们组织人员编写了这本《女性保健养生馆》。

本书面向现代女性,本着为广大女性朋友提供健康、保健咨询服务为宗旨,以推广普及女性生殖健康科普知识,提高现代女性自我保健能力为目的,围绕女性一生不同生理时期的生理、心理特点及其保健需求与常见的健康问题,针对现实生活中女性所关注的问题,全面系统地介绍了女性所关心的各个生理时期所面临的健康问题及保健知识。从女性生理知识、青春期保健知识、恋爱与新婚、计划生育与优生优育、孕产期保健知识、更年期与老年期保健、女性日常生活保健、女性健美、瘦身与美容等 10 多个方面,做了深入浅出、简明扼要的阐述,不仅内容丰富,而且更贴近现代女性的生活;不仅是广大女性的保健全书,同时也是每个家庭现代生活中的健康工具书。





本书在编写过程中力求避免枯燥无味的理论,偏重于实用参与和指导,融知识性、科学性、实用性及趣味性于一体,避免了冗长的说教,使全书显得科学、实用、简便、通俗,不仅适用于各个文化阶层、不同年龄段的广大女性阅读,而且还有利于您快速选择自己所需要的内容。

随着人们保健意识的提高,我们相信这本《女性保健养生馆》会成为广大女性姐妹的良师益友,同时也欢迎为人子、为人夫、为人父的男性读一读,以便更好地孝敬自己的母亲、关爱自己的妻子和女儿,保障她们的健康,促进现代家庭生活质量的提高。

由于我们的水平有限,在编写过程中难免会有一些纰漏和不足,望广大读者不吝赐教,提出宝贵意见,以便再版时修正。

编者

目 录

第一章 了解自己的生理

- 女性身体的特点 / 1
- 现代女性应该了解自己的生殖器官 / 2
- 女性的外生殖器 / 3
- 女性的内生殖器 / 4
- 处女膜的结构及作用 / 5
- 性交后和生育后处女膜的变化 / 6
- 生殖器官发育异常有哪些 / 6
- 哪些生殖器官先天性畸形将影响婚育 / 7
- 子宫的结构 / 7
- 子宫的生理功能 / 8
- 子宫发育异常对生育的影响 / 8
- 卵巢在人体中的功能 / 8
- 输卵管在人体中的功能 / 9
- 什么是先天性无阴道,这种情况能结婚生育吗 / 9
- 女性的性敏感区 / 10
- 女子最敏感的性感部位 / 11
- 月经是怎么回事 / 11
- 女性尿道与男性尿道的区别 / 11
- 女性骨盆与男性骨盆的区别 / 12
- 女性乳房的特征 / 12
- 女性乳房的构造 / 12
- 女性的白带 / 13
- 女性一生生理周期的特点 / 14



第二章 青春期保健指导

一、青春期生理卫生保健

什么是青春期 / 15

青春期少女的生理特点 / 15

女性第二性征的主要表现 / 16

月经初潮后行经的特点 / 17

初潮护理应当注意的事项 / 18

什么是性早熟 / 18

少女多毛的原因 / 18

不长阴毛的原因 / 19

乳房发育的几个阶段 / 19

乳房偏小会影响以后婚育吗 / 20

乳房一大一小怎么办 / 20

如何做好青春期的乳房保健 / 21

戴胸罩的好处以及如何正确佩戴

胸罩 / 22

青春期出现乳房肿块怎么办 / 22

少女不宜束腰 / 23

青春期女孩泌乳是怎么回事 / 24

月经期可能出现的反应 / 24

月经期乳房胀痛是怎么回事 / 25

月经期体育锻炼的好处 / 25

月经期体育锻炼应注意的事项 / 25

如何做好月经期的饮食调养 / 26

月经期应注意的饮食宜忌 / 26

月经期保健应注意的问题 / 27

月经期为什么易患生殖道感染 / 28

如何清洁外阴 / 28

如何预防外阴感染 / 29

如何保护好自已的外生殖器 / 29

什么情况下会出现白带异常 / 30

如何正确选择卫生巾 / 31

如何判断月经量是否正常 / 31

青春期的营养调护 / 32

青春期少女须做的健康检查 / 33

青春期少女如何观察自己的性成熟
状况 / 33

青春期少女如何克服性冲动 / 34

二、青春期心理保健

青春期少女的心理特点 / 35

青春期少女的心理矛盾 / 36

青春期少女心理健康的标准 / 36

如何克服青春期“抑郁症” / 37

青春期的逆反心理 / 38

如何看待青春期逆反心理 / 39

青春期少女的情绪特点 / 40

月经初潮容易给少女带来的心理

波动 / 40
影响青春期少女情绪的不良
因素 / 41
如何控制不良情绪 / 42
如何正确面对挫折 / 43
如何建立自信心 / 43
少女如何克服社交羞怯心理 / 44
青春期的性心理特点 / 45
青春期的性心理表现 / 45

青春期性意识发展的几个时期 / 46
什么是性兴趣 / 47
为什么会产生青春期困惑 / 48
性梦是怎么回事 / 48
正确看待手淫 / 49
过度手淫的危害 / 49
怎样戒除手淫 / 50
青春期少女如何防止神经衰弱 / 50
如何进行自我心理健康保健 / 52

第三章 恋爱与新婚指导

少女出现早恋的原因 / 53
如何解决单相思 / 54
少女应怎样与异性交往 / 54
和异性交往的意义 / 55
少女在择偶中的心理类型 / 55
青年恋爱时的心理 / 56
恋爱中的女性怎样把握自己 / 57
怎样对待恋爱中的性接触 / 57
少女如何预防失身 / 58
少女“失身”会对心理上造成的不良
影响 / 58
未婚先孕有碍女性的身心健康 / 59
失恋少女如何做好心理调适 / 59
爱情发展的几个阶段 / 60

怎样做个成功的爱人 / 61
女性婚前保健的特点 / 61
婚前检查的意义 / 62
婚前检查的内容 / 63
姑娘不要忌讳性器官的检查 / 64
患有哪些疾病暂时不能结婚 / 65
哪些疾病可结婚但不可生育 / 66
最适合结婚的年龄 / 67
合理安排婚期 / 68
结婚前该做好的准备 / 69
新婚之夜新娘应注意的事项 / 69
新婚如何克服性恐惧 / 69
新婚第一夜性生活容易失败的主要
原因 / 70



新婚性生活处女膜破裂出血怎
么办 / 70

新婚第一次性交“未见红”的
原因 / 71

新婚性生活卫生应注意的事项 / 71
什么是爱液 / 72

新婚期性交后阴道出血的原因 / 72

新婚期性交后阴道出血的防治 / 73

为什么有的新娘会发生房事晕
厥症 / 73

为什么女性会在性生活中呻吟 / 74

有些女性性生活后发生腹痛的
原因 / 74

有些女性会出现性交疼痛的
原因 / 75

有些新娘会对精液过敏的原因 / 76

有些女性性生活后会出现乳房疼痛
的原因 / 77

什么是性红晕 / 77

女性喜欢抚摸和拥抱的原因 / 78

女性性冲动时的特点 / 79

性生活中不同阶段的心理体验 / 79

女性性高潮的具体表现 / 81

一般情况的性交体位 / 81

不同体型的女性适合采取的性交
体位 / 83

特殊情况时宜采取的性交体位 / 83

不同心理状态的女性适合采取的性
交体位 / 84

性生活对女性的益处 / 84

怎样取得和谐的性生活 / 86

新娘容易患蜜月性膀胱炎的
原因 / 86

蜜月性膀胱炎的防治 / 87

新婚阴道炎的防治 / 87

新婚蜜月中如何注意外阴卫生 / 88

新婚期间新娘如何注意饮食
调理 / 89

新婚体虚的女性如何进行食补 / 90

第四章 计划生育与优生优育指导

一、女性避孕常识

不同特点的避孕方法 / 91

未婚女性如何避孕 / 92

新婚期应该如何避孕 / 92

口服避孕药的利弊 / 93

正确使用口服避孕药 / 94

避孕药的选择 / 95
避孕药漏服怎么办 / 95
避孕药应避免与哪些药物合用 / 96
服用避孕药应注意的问题 / 96
如何使用长效避孕针 / 97
使用长效避孕针的利弊 / 97
哺乳期妇女的避孕 / 98
人工流产后避孕 / 98
更年期妇女的避孕 / 98
使用宫内节育器的利弊 / 99
放置宫内节育器后月经增多的原因 / 100
适宜放置宫内节育器的时间 / 100
放置宫内节育器后需要注意的事项 / 101
哪些妇女不宜上避孕环 / 101
女性外用避孕药有哪些 / 101
什么是皮下埋植避孕 / 102
什么是安全期避孕 / 103
什么情况需要紧急避孕 / 103
避孕失败后的补救方法 / 104
怎样防止避孕失败 / 104
患哪些疾病的妇女应特别注意避孕 / 105
患慢性病妇女的避孕 / 105
更换避孕方法应该注意的事项 / 106

女性绝育术的种类 / 106
选择输卵管结扎术的时间 / 107

二、人工流产常识

什么是人工流产 / 108
早期人工流产和中期引产的区别 / 108
人工流产前的准备 / 108
最适宜人工流产的时间 / 109
人工流产的综合反应 / 109
哪些人不宜做人工流产 / 109
人工流产可能发生的不良反应 / 110
人工流产后要注意的问题 / 110
人工流产后为何月经不调 / 111
人工流产后多长时间才能过性生活 / 112
人工流产为何会引起不孕 / 112
如何预防人工流产所致不孕症 / 113
人工流产后不孕症的治疗 / 113
第一胎人工流产对以后孕育的影响 / 114
哪些人第一胎流产应慎重 / 114
多次做人工流产对身体的危害 / 115
人工流产与药物流产哪个好 / 115
哪些人可以选择药物流产 / 116



哪些人不宜做药物流产 / 117

如何进行药物流产 / 117

药物流产的不良反应 / 118

药物流产后为什么月经不正常 / 119

药物流产后怎样避免感染 / 119

药物流产后的调养 / 120

流产后应隔多长时间再怀孕 / 120

中期引产的方法 / 121

三、优生优育常识

什么是优生,怎样才能做好优生 / 121

女性最佳的生育年龄 / 122

妇女在哪些情况下不宜怀孕 / 122

如何调整好排卵期的精神状态 / 124

掌握好受孕的规律 / 124

怀孕的最佳时间 / 125

高龄孕妇怎样才能生健康宝宝 / 126

应在怀孕前彻底治好的疾病 / 126

遗传病的特点 / 127

遗传病的预防 / 128

不宜生育的遗传病 / 128

遗传病与胎儿性别的关系 / 129

癫痫患者能不能怀孕 / 129

心脏病患者可以怀孕吗 / 130

生育过遗传病儿的女性怎样生育正

常儿 / 131

禁止近亲结婚的科学道理 / 132

优生的五要素 / 133

第五章 孕产期保健知识

一、孕前保健

什么是孕前咨询 / 134

女性在怀孕前应做好的准备 / 134

孕前营养的重要性 / 135

孕前应补充的营养素 / 135

孕前要忌烟 / 138

孕前要忌酒 / 138

想做妈妈,远离毒品 / 138

怀孕前要谨慎用药 / 139

怀孕前应做的心理准备 / 139

如何实现高质量的受孕 / 140

二、孕期保健

怀孕的第一信号 / 141

怀孕的迹象 / 141

月经过期能肯定就是怀孕吗 / 142

根据基础体温判断怀孕 / 142

妊娠早期反应 / 143
怀孕何时到医院检查 / 143
出现妊娠早期反应后的饮食
调整 / 143
怀孕早期发生呕吐的原因 / 143
发生孕期呕吐的注意事项 / 144
怀孕后乳房的变化 / 145
怀孕后体重的变化 / 145
怀孕后皮肤的变化 / 145
妊娠期阴道的变化 / 146
孕妇呼吸功能的变化 / 146
怀孕后心血管系统的变化 / 147
怀孕后肠胃系统的变化 / 147
怀孕后骨骼系统的变化 / 148
妊娠几个月时能看到孕妇腹部
增大 / 148
孕妇什么时候开始感到胎动 / 149
孕妇散步的好处 / 150
孕妇骑车的讲究 / 150
哪些孕妇不宜参加运动 / 151
孕妇在居住方面的注意事项 / 152
夏季孕妇在生活上应注意的
事项 / 153
冬季孕妇在生活上应注意的
事项 / 153
孕妇应避免的家务劳动 / 154
孕妇应该经常洗澡和洗头 / 154

孕妇应该如何安排睡眠 / 154
适宜孕妇躺卧的姿势 / 155
孕妇不宜睡席梦思床 / 155
孕妇不宜去人多的地方 / 156
孕妇能否参加体育运动 / 157
孕妇坐、站立和行走时应注意的
事项 / 157
孕妇不宜睡电热毯 / 158
孕妇不宜太多进行日光浴 / 158
孕妇不宜长时间看电视 / 158
孕妇不宜长时间吹电扇 / 159
孕妇妊娠期皮肤的保养 / 160
孕妇妊娠期头发的保养 / 161
孕妇妊娠期怎样保护口腔
卫生 / 161
孕妇妊娠期沐浴应注意的
事项 / 162
孕妇接触小动物对妊娠的
影响 / 163
孕期不宜常用化妆品 / 164
孕期经常操作电脑对胎儿的不良
影响 / 164
孕期要避免噪声污染 / 164
怀孕晚期不宜长时间坐车 / 165
如何提高孕妇的睡眠质量 / 165
孕妇不能多闻汽油味 / 165
孕妇不宜穿紧身衣裤 / 166





妊娠期应注意的乳房卫生 / 166

妊娠期应回避的工作 / 167

孕妇做 B 超检查对胎儿有害吗 / 167

孕妇不宜游泳 / 168

孕妇能坐飞机吗 / 168

孕妇不宜大笑 / 168

孕妇不宜久坐久站 / 168

孕妇不宜染发烫发 / 169

孕妇应穿什么样的鞋 / 169

孕妇不宜穿高跟鞋 / 170

孕妇不宜忽视睡午觉 / 170

孕妇乳房不宜刺激 / 171

怎样做孕妇体操运动 / 171

孕妇做饭应注意的问题 / 172

孕妇不宜用手机 / 172

孕妇怎样调节消极情绪 / 173

孕妇情绪对胎儿的影响 / 174

孕妇提取重物应注意的事项 / 174

孕妇居室不宜放花草 / 174

孕妇性生活不宜过频 / 175

孕早期应做好的保健 / 175

孕中期应做的保健 / 176

孕后期应做的保健 / 176

产前检查的好处 / 177

孕妇不宜做 CT 检查 / 177

孕妇洗衣服时应注意的问题 / 177

孕妇妊娠期性欲的变化 / 178

孕妇妊娠期采用哪些姿势性交比较好 / 178

孕妇性高潮会引起流产吗 / 179

孕妇不宜打麻将 / 179

孕妇不宜涂指甲油 / 180

孕期中的危险信号 / 181

怎样给孕妇增加营养 / 181

维生素对孕妇的保健作用 / 182

不同维生素的主要来源 / 183

孕妇为什么爱吃酸的食物 / 184

孕妇营养要适度 / 185

孕妇不要多吃菠菜 / 185

孕妇要少吃山楂食品 / 185

孕妇不宜多吃方便食品 / 186

孕妇不要多吃水果 / 186

怎样安排孕期饮食 / 186

孕妇吃得太多的坏处 / 187

孕妇偏食的危害 / 188

孕妇不宜多吃油条 / 188

孕期补钙对胎儿有益无害吗 / 188

孕妇喝牛奶胎儿受益多 / 189

孕妇多吃酸性食品为什么不好 / 190

不好 / 190

孕妇不要多吃冷饮 / 190

孕妇如何选择饮料 / 190

孕妇不宜喝浓茶 / 191

孕妇喝酸牛奶的好处 / 191
孕妇忌吃火锅 / 192
孕妇发生感冒的治疗 / 192
孕妇怎样防治妊娠期贫血 / 192
孕妇发热常见于什么情况 / 193
孕妇便秘怎么办 / 193
孕妇便秘对饮食的要求 / 194
孕妇妊娠期感染的危害 / 194
孕妇出现皮肤痒疹的治疗 / 195
孕妇患静脉曲张应怎么办 / 195
为什么孕妇容易发生小腿抽筋 / 196
孕妇发生尿频怎么办 / 196
为什么孕妇会腰背痛 / 197
孕妇为什么会手掌麻木和足部水肿 / 197
孕妇发生水肿怎么办 / 198
孕妇怎样避免头晕目眩 / 198
孕妇为什么有时会感到心慌气短 / 199
孕妇不宜盲目打预防针 / 199
孕妇腹胀腹泻宜吃食物 / 200
孕妇发生腹痛怎么办 / 200
孕妇妊娠期可以用药吗 / 200
孕妇忌用的中药 / 201
孕妇忌用的中成药 / 202
哪些西药对胎儿有影响 / 202

哪些西药对孕妇有影响 / 203

三、分娩期保健

何时到医院住院待产 / 204
高危孕妇要早些时间入院 / 204
妊娠末期不宜过早休息 / 205
孕妇在临分娩前宜吃的食物 / 206
分娩过程中要有多少次疼痛 / 206
阴道分娩要经历的过程 / 206
如何减轻分娩疼痛 / 207
临产产妇大便应注意的事项 / 208
第一产程需要注意的事项 / 208
第二产程中孕妇应怎样配合 / 209
产妇的精神准备对分娩的影响 / 210
孕产妇怎样做才能有利顺产 / 210
分娩时产妇大喊大叫的危害 / 211
哪些技巧可以减轻分娩疼痛 / 212
自然分娩的好处 / 212
什么是剖宫产 / 213
什么情况下选择剖宫产 / 213
剖宫产术后要注意的问题 / 213
怎样看待会阴切开术 / 214
会阴侧切术会影响性生活吗 / 215
如何预防产后出血 / 215

四、产褥期保健

什么是产褥期 / 216
正常产褥期有哪些变化 / 217



女性保健养生馆
NIXINGBAOJIAN YANGSHENG GUAN





产后需要注意的问题 / 217

产后要注意的卫生 / 218

产后要做的检查 / 219

产后乳房的变化 / 220

产后怎样护理乳房 / 220

产妇月子里不要完全卧床 / 221

产妇不宜睡席梦思床 / 222

产妇月子里能不能洗澡 / 222

产妇月子里能不能刷牙 / 222

产妇月子里能不能梳头 / 223

产后多长时间可以劳动和

工作 / 223

产妇月子里看电视应注意的

问题 / 223

产后怎样美容美发 / 223

什么是产褥中暑 / 224

产褥中暑的预防 / 224

产妇什么情况下可运用腹带 / 225

产妇怎样做产褥期康复体操 / 225

产后做体操应注意的事项 / 226

产妇能吹电风扇吗 / 227

热水泡脚对产妇的好处 / 227

产妇宜采取的睡卧姿势 / 227

产后多长时间可以过性生活 / 228

怎样预防产后乳房下垂 / 228

产后怎样恢复体形 / 229

五、哺乳期保健

母乳喂养对妈妈的优点 / 232

母乳喂养对宝宝的好处 / 232

怎样才能使奶水增加 / 233

妈妈的情绪会影响奶水量 / 233

奶水多少与乳房大小有关吗 / 233

怎样让宝宝吸吮好妈妈的乳头 / 233

喂奶时要把一侧的奶喂完后再换另

一侧 / 234

哺乳期奶胀怎么办 / 234

怎样手工挤奶 / 234

哺乳期为什么会发生乳头皲裂 / 235

乳头皲裂怎么办 / 235

哺乳应注意的问题 / 236

母乳喂养的正确姿势 / 236

妈妈患哪些疾病不宜母乳喂养 / 237

哺乳期感冒能否喂奶 / 238

哺乳期用药需注意的事项 / 238

哺乳期怎样护理乳房 / 239

怎样预防哺乳期急性乳腺炎 / 240

哺乳期要注意补铁 / 240

哺乳期要注意补钙 / 240

哺乳妇女宜补碘 / 241

乳汁不足宜吃的食物 / 241

哺乳妇女为什么吃公鸡好 / 242

哺乳妇女要注意补充蛋白质 / 242

哺乳妇女不宜喝麦乳精 / 242

哺乳期如何避孕 / 243

母乳喂养会影响妈妈的体形吗 / 244

如何正确给宝宝断奶 / 243

第六章 更年期与老年期保健指导

什么是更年期 / 245

妇女更年期可持续的时间 / 245

更年期妇女内分泌的变化 / 245

更年期妇女月经的变化 / 246

更年期妇女自主神经系统的
变化 / 247

更年期妇女的心理特点 / 247

更年期妇女的健康生活方式 / 248

更年期妇女营养需要的特点 / 249

更年期妇女如何合理地安排一日

三餐 / 250

更年期可进食的健康食品 / 250

更年期妇女怎样补钙 / 251

更年期服用维生素 E 有什么
好处 / 252

更年期妇女怎样合理安排
生活 / 252

哪些体育活动适合更年期
妇女 / 253

更年期妇女参加体育活动应遵守的
原则 / 254

更年期妇女怎样保证充足的
睡眠 / 255

怎样做好更年期的心理保健 / 255

更年期妇女怎样调整自己的情绪 / 256

更年期妇女要定期进行健康检查 / 257

更年期妇女要重视妇科防癌检查 / 257

更年期妇女应注意的危险症状 / 257

更年期妇女应如何注意个人卫生 / 258

更年期妇女性生活应注意的问题 / 259

更年期妇女还需要避孕吗 / 259

怎样预防更年期肥胖 / 260

妇女绝经后要取出宫内节育器 / 260

老年女性宜进行的运动,在运动时
应当注意的问题 / 261

老年妇女为何易患骨质疏松症 / 261

老年妇女如何预防骨质疏松 / 262

老年妇女如何进行乳房保健 / 262

老年妇女阴道出血不容忽视 / 263

老年人如何延缓大脑的退化 / 263

老年人适度性爱能够益寿 / 264



女性保健养生馆
NÜXINGBAOJIAN YANGSHENG GUAN





第七章 女性常见病防治与保健指导

- 妇科病的主要症状 / 265
- 妇科检查包括的主要内容及检查的目的 / 265
- 白带异常与哪些妇科病有关 / 266
- 可引起急性下腹痛的妇科疾病 / 267
- 腰痛与哪些妇科疾病有关 / 268
- 缺铁性贫血及预防 / 268
- 妇科炎症的特殊表现 / 268
- 如何预防妇科感染 / 269
- 妇女外阴部为什么容易发生炎症 / 269
- 如何防治外阴炎 / 270
- 外阴瘙痒及预防 / 270
- 糖尿病患者为何容易发生外阴炎，应如何预防 / 271
- 痛经及引发痛经的原因 / 271
- 痛经的预防和治疗 / 272
- 什么是月经不调 / 273
- 月经过多及处理方案 / 273
- 月经过少及预防 / 274
- 月经过频及治疗 / 275
- 月经周期延长及治疗 / 276
- “倒经”及治疗 / 276
- 功能性子宫出血以及引起功能性子宫出血的原因 / 277
- 青春期少女患了功能性子宫出血怎么办 / 278
- 怎样预防青春期功能性子宫出血及其并发症 / 278
- 更年期功能性子宫出血应如何治疗 / 279
- 女子 18 岁后还不来月经有哪些可能 / 279
- 原发性闭经患者该怎么办 / 280
- 继发性闭经的原因以及出现继发性闭经的处理办法 / 280
- 子宫性闭经最常见的原因及预防 / 281
- 营养不良的妇女为什么会闭经，如何防治 / 282
- 滴虫性阴道炎及防治 / 283
- 真菌性阴道炎及防治 / 283
- 外阴白斑及防治 / 284
- 老年性阴道炎及治疗 / 285