

现代人智慧生活丛书

XIANDAI REN ZHI HUI SHENG HUO CONG SHU

新婚必读 科学指导

怎样过好人生最美好的一天

郑成刚 © 编著

- 新婚准备与购物
- 新房装饰与布置
- 新婚服饰与选用
- 新婚美容与美发
- 新婚夫妻与优生

吉林音像出版社
吉林农业大学出版社

走过仁爱路

现代人智慧生活丛书

XIANDAI REN ZHI HUI SHENG HUO CONG SHU

新婚必读 科学指导

怎样过好人生最美好的一天

郑成刚 © 编著

- 新婚准备与购物
- 新房装饰与布置
- 新婚服饰与选用
- 新婚美容与美发
- 新婚夫妻与优生

吉林音像出版社
吉林大学出版社

走过仁爱路

策 划:王霖
编 者:郑成刚 吴琦
责任编辑:云梦泽

现代人智慧生活丛书

《新婚必读科学指导》

出版:吉林音像出版社

吉林大学出版社

北京市书林印刷有限公司印刷

开本:880×1230 毫米 印数:5000 大 32 开 15 印张

2004 年 1 月第一版

发行:吉林音像出版社

吉林大学出版社

ISBN 7-5601-2472-0/G.140 定价:23.80 元

人的一生是漫长的,新婚是人生的新起点,也可以说是青春期最浪漫的一部经典作品。

每一个青年朋友都要通过恋爱、结婚,到建立家庭。谁不想有一个幽雅、舒适的家庭?谁不想拥有美好、绚丽多彩的生活?谁不想得到纯真、永恒的爱情?谁不想度过愉快、和谐的蜜月?谁不想养育一个健康、聪明的小宝宝?然而这一切,无不包含着许多学问与科学,文化与艺术。特别是在飞速发展的现代生活中,现代科学技术的成果已越来越多地引入家庭生活领域,成为指导家庭生活的重要标志之一。

我们根据现代婚姻、家庭的特点。特别编写了这本《新婚必读科学指导》,本书共分为六部分。第一部分“新婚准备篇”,第二部分“新婚旅游篇”,第三部分“新婚性爱篇”,第四部分“新婚家庭夫妻关系篇”,第五部分“新婚家庭保健知识篇”,第六部分“附录”。本书集科学性、趣味性、知识性、实用性为一体,

系统、全面地介绍了新婚家庭生活中所必须具备的知识。而且内容全部都是最新的新婚资讯,附录部分有所创新除收有最新的婚姻法规外,又收有婚礼筹备备忘录、摄影一览表、2004年-2005年结婚吉日等。实用、简洁、新颖、可读性强,是本书的一大特色。



本书将竭尽全力,当好新婚家庭的顾问和参谋,由于水平有限,搜集资料也不够全面,因此,本书的疏漏和谬误在所难免,如有不妥之处,恳望专家、读者指正。但愿本书能成为新婚夫妇的良师益友,倘若读者能从本书中得到些微收益,那将是编撰者的莫大欣慰。

XinHunBiDu KeXueZhiDao

前言

今年还是有许多红男绿女开出最灿烂正桃花,

准备走上欢喜的红地毯。

记得结婚的心情要 Happy,

还有有 We Are Family 那种动人温馨的快乐味。

目 录

新婚准备篇

第一章 结婚过程	(3)
结婚的准备	(3)
婚前检查	(5)
男女双方交换健康诊断书	(7)
哪些患者不宜结婚	(8)
禁止近亲结婚	(8)
最佳结婚年龄	(10)
结婚登记	(11)
选择婚期的科学	(12)
新婚前的心理准备很重要	(13)
应该学点性的知识	(15)
古往今来话司仪	(16)
聘请婚礼礼仪顾问	(17)
眼花缭乱婚纱摄影店选择法	(17)
怎样拍结婚照	(18)
快乐来拍结婚照	(20)
数码婚纱	(20)
婚庆消费莫忘维权	(23)
婚宴宾客定位法则	(24)





婚礼客人名单的拟定	(25)
婚宴地点的挑选	(25)
教你准确预算婚礼酒席数	(27)
一定记得提前通知外地客人	(28)
婚前身体调养暖身操	(29)
结婚前新人的饮食	(31)
怎样举行婚礼	(33)
结婚标准仪式	(43)
中国传统的结婚仪式	(43)
婚嫁祝词	(44)
怎样写婚联	(45)
新婚夫妇互赠礼品	(48)
婚礼礼仪	(49)
饭店举行婚礼的行礼仪式	(59)
传统型婚礼上的祝酒顺序	(60)
非传统的婚礼上的祝酒顺序	(61)
伴郎巧说祝酒词	(61)
伴郎该做的	(63)
婚礼用花大全	(63)
新娘手花的持法	(65)
如何安排多批婚礼客人	(66)
婚礼注意事项	(67)
喜宴上新人应酬技巧	(69)
新郎喜宴挡酒真经	(70)
新人给参加婚礼者送礼	(71)
新郎仪容急救品	(71)
给新郎提个醒	(72)
给新娘的小贴士	(73)
新人迎宾要领	(74)
闹洞房要讲究文明	(74)



“回门”知多少	(75)
第二章 新房的装饰与布置	(76)
新婚购房莫入三大误区	(76)
新婚家居布置准则	(78)
新房的装修	(80)
新房的布置	(81)
放大房间三法则	(83)
洞房的布置	(83)
洞房的装点	(84)
洞房纺织品的装饰	(85)
洞房的温馨	(88)
家具放置的原则	(89)
各种家具的摆放	(90)
家具的摆设	(92)
客厅的装饰	(93)
家用电器的摆放	(94)
新房的美化	(95)
第三章 新婚服饰选用知识	(99)
怎样选择服装面料	(99)
怎样鉴别服装面料	(101)
怎样选购服装	(102)
服装色彩的搭配艺术	(104)
怎样选择新娘的新婚礼服	(106)
新娘服饰品的搭配艺术	(108)
彩珠妆扮美新娘	(114)
怎样选择新郎的新婚礼服	(115)
新郎服饰品的搭配艺术	(116)
怎样熨烫服装	(119)
怎样选择婚戒	(121)
如何选择钻戒	(122)



怎样鉴别黄金首饰的真伪	(123)
黄金首饰品的保养	(126)
怎样选购宝石首饰	(126)
怎样选购玉器	(127)
第四章 新婚美容美发知识	(128)
美容用具及用品	(128)
(一)美容化妆用具	(128)
(二)美容化妆用品	(130)
美容化妆的基本技法	(135)
(一)匀明法和渲染法	(135)
(二)画点和画线	(136)
(三)表现立体感的方法	(136)
(四)涂抹化妆品的方法	(136)
美容化妆的基本步骤	(137)
(一)清洁皮肤	(137)
(二)涂抹粉底	(138)
(三)眼睛的修饰	(139)
(四)睫毛的修饰	(141)
(五)眉毛的修饰	(142)
(六)鼻子的修饰	(143)
(七)嘴唇的修饰	(144)
(八)面颊的修饰	(146)
(九)指甲的修饰	(147)
新娘怎样美容化妆	(149)
(一)自然光下的美容化妆	(149)
(二)灯光下的美容化妆	(150)
(三)不同形象的美容化妆	(150)
(四)快速变成美丽新娘小秘诀	(151)
完美新娘瘦身计划	(153)
改掉错误的美容习惯	(159)



改善肌肤的 10 种方法	(160)
美丽肌肤最重要的环节:洗脸	(160)
怎样化生活淡妆	(162)
你离完美有多远	(163)
七个最管用的化妆技巧	(164)
睡眠美容 15 法	(166)
发型与体型	(167)
发型与脸型	(168)
发型的选择	(170)
掩盖缺点的发型和化妆	(171)
怎样保护发式	(173)
秀发的护理	(173)

新婚旅游篇

怎样确定旅游日程	(181)
怎样做好旅游前的准备	(181)
新婚旅行必备物品及用途	(183)
旅行结婚的卫生保健	(183)
旅游应注意的问题	(184)
旅行食品的选择	(185)
旅游时间的选择	(186)
旅行路线的选择	(187)
蜜月旅游注意事项	(187)
国内主要旅游景点介绍	(188)
旅游中迷路怎么办	(218)





怎样测定方向	(219)
上山与下山的技巧	(220)
怎样避免和对付劫盗的袭击	(221)
旅游生活中的小常识	(222)

新婚性爱篇

第一章 性生理卫生基础知识

.....	(227)
男性生殖器官的构造 及功能	(227)
最高机密：“男性”奥秘 问与答	(230)
精子的贮存和输送	(234)
阴茎的勃起和射精	(235)
男性为什么会遗精	(236)
男性手淫原因及其危害	(237)
女性生殖器官的构造及功能	(238)
女性手淫的危害	(242)
女性为什么会来月经	(244)
月经周期与性欲有关吗	(245)
什么是不孕症及其心理变态	(246)
男子不孕的原因及检查方法	(248)
女子不孕的原因及检查方法	(250)
性爱需要你的正确认识	(251)
第二章 性生活知识	(253)
男女性功能差异	(253)
什么叫性欲	(254)
什么是性快感	(255)





性生活分几个阶段	(256)
初次性交应注意什么	(257)
怎样才能使性生活和谐	(259)
什么是女子性冷淡	(260)
纵情欢愉六种不易受孕的性爱体位	(261)
新婚夫妇怎样避孕好	(267)
怎样的性生活次数比较适宜	(268)
性生活七法则	(269)
为什么月经期不能性交	(272)
安全套不一定安全	(273)
避孕套的非避孕作用	(274)
不同时期最佳避孕方式	(275)
避孕方法更换须知	(276)
避孕影响性生活吗?	(277)
把握性爱黄金时间	(279)
洞房之夜性趣谈	(280)
多次人流者不能做药流	(281)
药物流产的必要程序	(282)
怎样计算安全期	(283)
做爱减肥减得快	(283)
女人的 A 点 G 点 U 点在哪里	(284)
新型避孕用品介绍	(284)
第三章 新婚常见疾病及其处理	(292)
新婚应学会心理的调适	(292)
新婚之夜的男女心理特点	(293)
新婚之夜如何性交	(294)
新婚之夜新娘应注意	(295)
新婚早泄	(296)
精液过敏	(297)
新郎不射精症	(298)



新娘晕厥	(299)
持久性阴茎勃起	(299)
阴茎“折断”	(300)
阴道痉挛	(301)
什么是阳痿及其预防	(301)
什么是早泄及其预防	(303)
新婚期用药常识	(303)
蜜月生活食补	(305)

新婚家庭夫妻关系篇

夫妻幸福生活十二招

.....	(309)
成熟婚姻的特点 ...	(311)
爱情常新五诀窍 ...	(312)
夫妻沟通“555”法则	(313)
怎样度过婚后矛盾期	(314)
如何维持婚后性生活	(317)
夫妻要防止性伤害	(319)
谨防第三者插足	(321)
与婆婆相处的八个秘诀	(323)
怎样处理好婆媳关系	(324)
怎样与邻居和睦相处	(325)
如果妻子不生育怎么办	(326)
夫妻性格如何相容	(327)
怎样避免夫妻冲突	(329)
夫妻吵架的处理方法	(330)

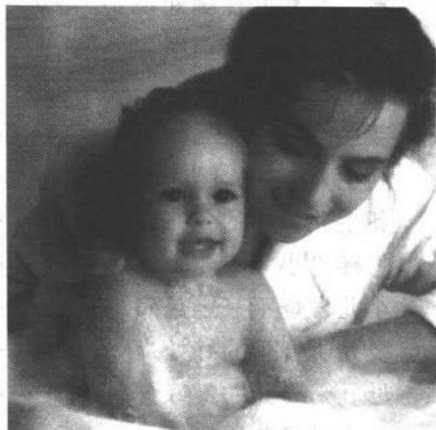




新婚家庭保健知识篇

第一章 妊娠期保健知识

.....	(335)
受孕的生理过程 ..	(335)
胎儿的生长和发育	
.....	(336)
孕期保健	(337)
怀孕应具备哪些条件	
.....	(341)
怀孕以后的卫生知识	
.....	(342)
怀孕期间感冒怎么办	
.....	(345)
孕妇的外阴瘙痒症	(346)
要正确认识保胎	(347)
怀孕后应该注意什么	(348)
怀孕早期阴道出血怎么办	(350)
孕早期生活须知	(351)
影响胎儿正常发育的因素及防治措施	(353)
妊娠期的乳房保健	(355)
为什么要进行产前检查	(357)
什么是流产及其预防	(359)
孕妇穿什么衣服	(361)
怎样安排孕期性生活	(362)
第二章 产褥期保健知识	(364)
围产期与产褥期保健	(364)
为什么要进行产前诊断	(366)
胎位不正怎么办	(369)





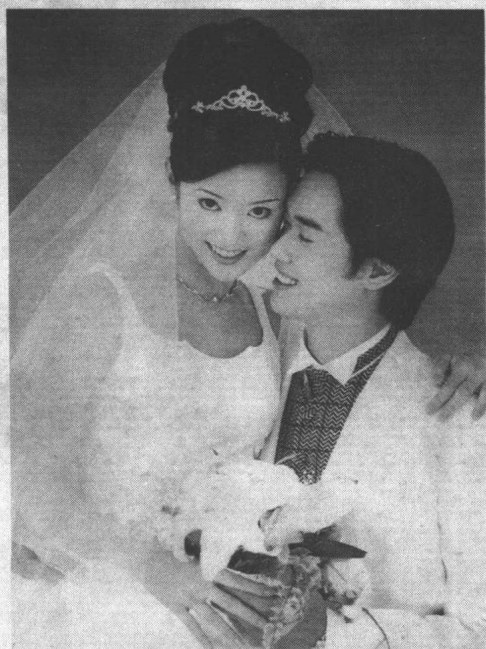
哺乳期的乳房健美	(370)
怎样用牛奶或羊奶哺乳婴儿	(379)
产后性生活应注意什么	(380)
第三章 新生儿保健知识	(382)
新生儿的护理与喂养	(382)
小儿打针的并发症	(384)
新生儿呕吐怎么办	(386)
新生儿长“马牙”怎么办	(387)
新生儿患病的先兆症状	(387)
怎样给小儿喂药	(388)
小儿发烧不一定是病	(389)
婴儿听音乐的好处	(390)
母乳是婴儿的最好食品	(390)
什么时候开始喂奶	(391)
母乳喂养的方法	(392)
人工喂养的方法	(393)
第四章 新生儿常见疾病	(396)
新生儿疾病的特点	(396)
新生儿窒息	(398)
新生儿呼吸艰难综合症	(399)
新生儿呕吐	(400)
新生儿黄疸	(402)
小儿“百日咳”	(404)
小儿腹痛	(406)
婴儿腹泻	(407)
新生儿常见的疾病	(411)

附 录

婚礼筹备备忘录	(417)
---------------	-------



婚礼摄影一览表	(422)
婚礼进行曲音乐一览表	(424)
婚礼筹备人员名单	(426)
宴客支出预算表	(427)
礼品注册单	(428)
新婚置家支出预算表	(429)
花语	(431)
星座花	(432)
情人花语	(433)
结婚周年纪念	(434)
2004 年良辰吉日	(435)
2005 年良辰吉日	(436)
中华人民共和国婚姻法	(437)
婚姻登记条例	(445)



结婚准备篇



新

XINHUA

