

于俊荣 张亦心 主编

新婚

XQNHUN

FUFU

夫妇

新婚夫妇的好帮手
幸福家庭的必备书

天

天

读



河北科学技术出版社

新婚夫妇天天读

♂ TIAN TIANDU



于俊荣 张亦心 主编



河北科学技术出版社

主 编 于俊荣 张亦心

编 委 于俊荣 张亦心 吕丽华 张婉萍 高章圈

图书在版编目 (C I P) 数据

新婚夫妇天天读/于俊荣, 张亦心主编. —石家庄:
河北科学技术出版社, 2005

ISBN 7-5375-3087-4

I. 新… II. ①于…②张… III. ①结婚—基本知识
②性知识 IV. ①C913.13②R167

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 055399 号

新婚夫妇天天读

于俊荣 张亦心 主编

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	河北新华印刷一厂
经 销	新华书店
开 本	850 × 1168 1/32
印 张	12.5
字 数	290000
版 次	2006 年 1 月第 1 版 2006 年 1 月第 1 次印刷
印 数	4000
定 价	23.00 元

<http://www.hkpress.com.cn>



TIAN TIANDU

前言

结婚是人一生中的一件大事、喜事，每一对即将结婚或刚刚新婚的青年男女都希望婚后的生活幸福、美满，希望在不久的将来生一个健康、聪明的宝宝，为此我们编写了《新婚夫妇天天读》一书，让即将结婚的青年男女及新婚夫妇了解一些必要的性生理、性心理和性卫生方面的知识，以帮助他们解决夫妻生活中遇到的一些困惑。

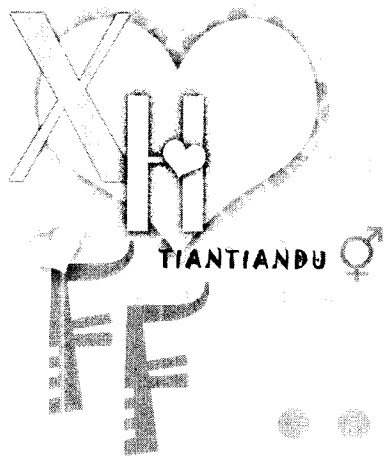
本书以科学、严谨的态度，从医学角度介绍了结婚前需要做的准备、男女性生理特点、新婚蜜月调养、婚后性生活知识和保持性生活和谐的方法、孕育胎儿的奥秘以及实现优生优育的措施、性传播疾病的防治、避孕节育知识等，力求为广大青年男女提供全面的婚后生殖健康和生殖保健知识，使他们养成良好的生活卫生习惯，减少疾病的发生，使婚后的夫妻生活美满、和谐。全书共分八个部分，365题，每天1题，一个内容，以方便那些工作、学习紧张的青年男女随时抽出时间来阅读。

本书内容丰富全面，文字浅显易懂，具有很强的实用性、知识性和可读性，是每一对新婚夫妇必备的科普读物之一，愿新婚夫妇读了这本书后能从中获益。

由于编写者的水平有限，书中难免会出现一些疏漏，恳请读者和同行批评、指正。

编 者

2



此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com

幸福生活的开始

1. 人为什么要结婚 /2
2. 结婚前要做的准备 /3
3. 最佳的结婚年龄 /4
4. 早婚、早孕危害多 /5
5. 婚前发生性行为的危害 /6
6. 未婚先孕的痛苦 /7
7. 婚前医学检查是优生的基础 /8
8. 婚前医学检查的内容 /9
9. 婚前医学检查时需检查的严重遗传性疾病 /10
10. 婚前医学检查时需检查的传染性疾病 /11
11. 婚前医学检查时需检查的有关精神、神经方面的疾病 /12
12. 什么是血亲、直系血亲、三代以内的旁系血亲 /13
13. 近亲不能结婚 /14
14. 近亲结婚的危害 /15
15. 我国《母婴保健法》中规定的婚前保健 /16
16. 我国《母婴保健法》中规定医疗机构应为公民提供哪些保健服务 /17
17. 遗传病人的婚育 /18
18. 哪些人不宜结婚 /19
19. 哪些人应暂缓结婚 /20
20. 两性畸形的婚姻要视情况而定 /21
21. 阴茎畸形早矫治 /22
22. 处女膜闭锁早治疗 /23



23. 子宫发育异常的几种情况 /24
24. 阴道畸形早矫治 /25
25. 肺结核病人的婚育 /26
26. 性病患者的婚育 /27
27. 肝炎患者的婚育 /28
28. 心脏病患者的婚育 /29
29. 糖尿病患者的婚育 /30
30. 精神病患者的婚育 /31
31. 癫痫病患者的婚育 /32
32. 选择你喜欢的婚礼形式 /33
33. 婚事不宜大操大办 /34
34. 科学选择婚期 /35
35. 选择婚期应避开月经期 /36
36. 合理安排旅行结婚时间 /37
37. 旅行结婚时的注意事项 /38
38. 帮你愉快去旅行 /39
39. 布置新房的学问 /40
40. 家庭婚宴巧安排 /41
41. 新婚自我美容方法（一） /42
42. 新婚自我美容方法（二） /43
43. 饮食与皮肤健美 /44
44. 维生素与美容 /45
45. 新婚美容药膳 /46
46. 让你的头发更秀美 /47
47. 婚前新郎服装的选购 /48
48. 婚前新娘服装的选购 /49
49. 服装色泽的搭配方法 /50
50. 适合新郎的发型 /51

51. 适合新娘的发型 /52
52. 戒指的佩戴方法 /53

揭开两性神秘面纱

53. 婚前性教育的内容 /56
54. 女性生殖系统介绍 /57
55. 阴道的功能与健康 /58
56. 卵巢的周期性变化 /59
57. 孕育胎儿的摇篮——子宫 /60
58. 神秘的管道——输卵管 /61
59. 大阴唇的特殊功能 /62
60. 神秘的处女膜 /63
61. 女性一生各阶段特点 /64
62. 月经的形成 /65
63. 正常月经什么样 /66
64. 女性经期注意事项 /67
65. 经期性交有害健康 /68
66. 恼人的经前期紧张综合征 /69
67. 痛经的苦恼 /70
68. 痛经的食物疗法（一） /71
69. 痛经的食物疗法（二） /72
70. 白带的产生 /73
71. 生理性白带和病理性白带的鉴别方法 /74
72. 基础体温的测量及意义 /75
73. 新娘因何而溢乳 /76
74. 乳房自检法 /77
75. 女性应定期做妇科检查 /78
76. 男性生殖器官的结构 /79



77. 关于阴茎	/80
78. 认识前列腺	/81
79. 羞涩的阴囊	/82
80. 睾丸的作用与性功能	/83
81. 附睾的生理作用	/84
82. 阴茎勃起的奥妙	/85
83. 射精的发生	/86
84. 关于精液的常识	/87
85. 精液的特殊功效	/88
86. 精子最怕啥	/89
87. 正常女性性生理功能	/90
88. 正常男性性生理功能	/91
89. 男女性功能特点	/92
90. 人体的性敏感区	/93
91. 性激素是什么	/94
92. 雌激素的威力	/95
93. 孕激素的作用	/96
94. 男子汉的标志——睾酮	/97
95. 不可忽视的性卫生	/98
96. 注意女性性器官卫生	/99
97. 男性也要注意性器官卫生	/100
98. 性生活是正常的生理现象	/101
99. 性生活和谐的技巧	/102
100. 影响夫妻性生活和谐的因素	/103
101. 性生活和谐是美好家庭的基础	/104
102. 夫妻性生活技巧	/105
103. 了解性交姿势	/106
104. 性交体位的选择	/107



105. 阴道 G 点的发现 /108
106. 性生活禁忌 /109
107. 不满意的性生活对健康的影响 /110
108. 把握性生活的时间和频率 /111
109. 房事过度的危害 /112

让新婚生活更美好

110. 度过一个美好的新婚之夜 /114
111. 新婚之夜一定要圆房吗 /115
112. 正确对待处女膜破裂 /116
113. 新婚蜜月的由来 /117
114. 新婚期的饮食 /118
115. 五花八门的新婚营养食品 /119
116. 新郎的新婚饮食 /120
117. 新娘的新婚饮食 /121
118. 新婚蜜月病的由来 /122
119. 预防新婚蜜月病的方法 /123
120. 性功能障碍的分类 /124
121. 性功能障碍的原因 /125
122. 女性性欲低下的原因 /126
123. 女性性欲低下的治疗 /127
124. 女性性功能低下的饮食疗法 /128
125. 女性性冷淡的自我疗法 /129
126. 女性性交疼痛的原因 /130
127. 锌与男性性功能 /131
128. 肥胖与性功能 /132
129. 提高男性性功能的食物 /133
130. 男性性功能低下的原因 /134



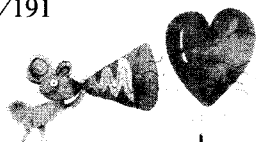
131. 男性性功能低下的治疗 /136
132. 新婚之夜男子射精较快不一定是早泄 /137
133. 新婚早泄的处理方法 /138
134. 新婚早泄的阴茎捏挤疗法 /139
135. 新婚之夜男子为什么容易发生勃起功能障碍 /140
136. 新婚之夜男子发生勃起功能障碍怎么办 /141
137. 勃起功能障碍的药膳治疗方法 /142
138. 手淫与婚后性生活（一） /144
139. 手淫与婚后性生活（二） /145
140. 遗精对健康的影响 /146
141. 遗精的饮食疗法 /147
142. 射精疼痛是怎么回事 /148
143. 忍精不射的害处 /149
144. 不射精的对策 /150
145. 新婚期发生男性生殖器损伤怎么办 /151
146. 发生包皮嵌顿的处理办法 /152
147. 新婚期发生女性生殖道损伤怎么办 /153
148. 性交出血探原因 /154
149. 发生阴道痉挛怎么办 /155
150. 什么是“房事晕厥” /156
151. 为什么会发生精液过敏症 /157
152. 药物对性功能的影响 /158

生命诞生的奥秘

153. 卵子的发育和排出过程 /160
154. 预测自己的排卵期 /161
155. 调整好排卵期的精神状态 /162



156. 排卵期的感受 /163
157. 人类受孕需具备的条件 /164
158. 人类受孕的过程 /165
159. 受精卵在子宫安家 /166
160. 怀孕前需做哪些准备工作 /167
161. 怀孕前后应做好心理准备 /168
162. 受孕时应注意的问题 /169
163. 如何提高受孕成功率 /171
164. 不宜受孕的情况 /172
165. 怎么知道自己怀孕了 /173
166. 早孕的常用检查方法 /174
167. 怀孕后的妊娠反应 /175
168. 发生妊娠反应的处理方法 /176
169. 孕妇如何调整好自己的情绪 /177
170. 怀孕后出现什么现象要到医院检查 /178
171. 十月怀胎的经过 /179
172. 怀孕后母体的变化（一） /181
173. 怀孕后母体的变化（二） /182
174. 教你推算预产期 /183
175. 如何知道要临产 /184
176. 孕妇不要与猫、狗等动物接触 /185
177. 怀孕早期得了感冒怎么办 /186
178. 孕期妇女的保健 /187
179. 注意孕期的日常生活起居 /188
180. 孕妇的穿衣 /189
181. 新婚妇女怀孕后应注意的生理和心理卫生 /190
182. 新婚妇女怀孕后的性生活 /191



183. 妊娠期孕妇对营养的要求 (一) /192
184. 妊娠期孕妇对营养的要求 (二) /193
185. 孕期要及时补充叶酸 /194
186. 微量元素的作用 (一) /195
187. 微量元素的作用 (二) /196
188. 孕期补钙很重要 /197
189. 孕期不可忽视补碘 /198
190. 维生素的种类和作用 /199
191. 含维生素较多的食物 /200
192. 妊娠期容易发生贫血 /201
193. 预防和治疗妊娠期贫血 /202
194. 妊娠贫血的食疗方法 /203
195. 胎盘的功劳 /204
196. 胎儿在母体内会呼吸吗 /205
197. 胎儿宫内也啼哭 /206
198. 羊水过多的危害 /207
199. 羊水过少有哪些危害 /208
200. 产前检查很重要 /209
201. 产前检查的时间和内容 (一) /210
202. 产前检查的时间和内容 (二) /211
203. 什么情况下需要进行产前诊断 /212
204. 产前诊断的方法 /213
205. 什么是无创伤性产前诊断 /214
206. 什么情况下行选择性人工流产 /215
207. 孕腹为何与孕月不符 /216
208. 胎儿性别能预测 /217
209. 胎儿性别鉴定不能随意做 /218
210. 胎教的益处 /219

- 211. 胎教的方法 /220
- 212. 自然流产的原因 /221
- 213. 发生自然流产的转归 /223
- 214. 如何预防自然流产 /224
- 215. 习惯性流产是怎么回事 /225
- 216. 丈夫会使妻子发生习惯性流产 /226

帮你生个聪明健康的宝宝

- 217. 帮你实现优生 /228
- 218. 不可缺少的优生咨询服务 /229
- 219. 优生咨询的内容 /230
- 220. 优生禁忌有哪些 (一) /231
- 221. 优生禁忌有哪些 (二) /232
- 222. 优生优育应从孕前准备开始 /233
- 223. 什么是遗传咨询 /234
- 224. 哪些人要做遗传咨询 /235
- 225. 遗传咨询的程序 /236
- 226. 五花八门的遗传病 /237
- 227. 遗传病的特点 /238
- 228. 遗传病的防治 (一) /239
- 229. 遗传病的防治 (二) /240
- 230. 智力与遗传的关系 /241
- 231. 胎儿健康父亲有责 /242
- 232. 父母的身高和孩子的身材 /243
- 233. 生男生女的奥秘 /244
- 234. 什么是染色体 /245
- 235. 什么是基因 /246
- 236. 怎样才算母子血型不合 /247

237. 血型可以遗传吗 /248
238. 最佳的生育年龄 /249
239. 30 岁以后怀孕危险多 /250
240. 怀孕的最佳季节 /251
241. 从生物节律理论选择最佳妊娠期 /252
242. 需限制或禁止生育的人 /253
243. 患心脏病的妇女能怀孕吗 /254
244. 患心脏病妇女怀孕的危险性 /255
245. 心脏病妇女怀孕期间的注意事项 /256
246. 糖尿病妇女怀孕期间的注意事项 /257
247. 妊娠合并病毒性肝炎的危害 /258
248. 妊娠合并病毒性肝炎怎么办 /259
249. 可致胎儿畸形的因素 /260
250. 避免环境污染对胎儿的影响 /261
251. 孕妇用药的基本原则 /262
252. 可致胎儿畸形的药物 /263
253. 妊娠合并感染对胎儿的影响 /264
254. 放射线对胎儿的影响 /265
255. 吸烟、酗酒对胎儿的影响 /266
256. 孕妇操作电脑对胎儿的影响 /267
257. 孕妇做 B 超的利与弊 /268
258. 孕期做 B 超的意义 /269
259. 减肥药对胎儿的影响 /270
260. 中草药对胎儿的影响 /271
261. 避孕药对胎儿的影响 /272
262. 孕妇不宜多饮茶水和咖啡 /273
263. 甲状腺功能亢进对妊娠和胎儿的影响 /274
264. 甲状腺功能减退对妊娠和胎儿的影响 /275



265. 孕妇不宜欣赏摇滚乐 /276
266. 孕妇洗桑拿浴对胎儿是否有害 /277

婚后不育寻原因

267. 婚后不怀孕怎么办 /280
268. 女性不育的原因 (一) /281
269. 女性不育的原因 (二) /282
270. 男性不育的原因 /283
271. 引起男性不育的生活因素 /284
272. 吸烟、酗酒对男性生育力的影响 /285
273. 生棉子油对男性生殖功能的影响 /286
274. 包皮过长的危害 /287
275. 环境因素对女性生育功能的影响 /288
276. 吸烟、酗酒对女性生殖功能的影响 /289
277. 子宫内膜异位症与女性不育 /290
278. 患子宫肌瘤能生育吗 /291
279. 精索静脉曲张与不育 /292
280. 女性不育的一般检查 /293
281. 女性不育的特殊检查 /294
282. 男性不育的检查 /295
283. 如何读懂精液检查报告单 /296
284. 女性不育的治疗方法 /297
285. 男性不育的治疗方法 /298
286. 了解辅助生育技术 /299
287. 哪些人适合做人工授精 /300
288. 神秘的“试管婴儿” /301
289. 试管婴儿技术的发展 /302
290. 哪种情况适合做试管婴儿 /303



291. 不育的饮食疗法	/304
--------------	------

用科学的方法预防性传播疾病

292. 什么是性传播疾病	/306
293. 性病的传播途径	/307
294. 性传播疾病的危害	/308
295. 怎样早期发现性传播疾病 (一)	/309
296. 怎样早期发现性传播疾病 (二)	/310
297. 性传播疾病的治疗原则	/311
298. 性传播疾病对优生的影响 (一)	/312
299. 性传播疾病对优生的影响 (二)	/313
300. 尖锐湿疣与肿瘤的关系	/314
301. 艾滋病的传播途径	/315
302. 艾滋病的表现特点	/316
303. 不要惧怕艾滋病	/317
304. 非淋菌性尿道炎的由来	/318
305. 非淋菌性尿道炎的表现	/319
306. 非淋菌性尿道炎的治疗原则	/320
307. 淋病的传播和危害	/321
308. 淋病的防治及治愈标准	/322
309. 难缠的念珠菌性阴道炎	/323
310. 念珠菌性阴道炎反复发作的原因	/324
311. 了解滴虫性阴道炎	/325
312. 细菌性阴道炎不可怕	/326
313. 什么是性病恐惧症 (一)	/327
314. 什么是性病恐惧症 (二)	/328
315. 公共场所怎样预防性病	/329
316. 性病会引起男、女性不育	/330