

图书在版编目(CIP)数据

女性保健/陈秋梅主编. -北京:民主与建设出版社,1999

ISBN 7-80112-228-3

I. 女… II. 陈… III. 妇女-妇幼保健-基本知识
IV. R 173

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (1998) 第 07016 号

©民主与建设出版社, 2005

责任编辑	刘云华
封面设计	伊和轩
出版发行	民主与建设出版社
电 话	(010)65523123 65523819
社 址	北京市朝阳区大街吉祥里 208 号
邮 编	100020
印 刷	
成品尺寸	217mm × 152mm
印 张	15.25
字 数	354 千字
版 次	2005 年 6 月第 2 版 2005 年 6 月第 2 次印刷
书 号	ISBN 7-80112-228-3/G·096
定 价	22.80 元

注: 如有印、装质量问题, 请与出版社联系。

前言



女性的一生，自出生后至发育成熟而后衰退老化，是一个不断演变的过程。各阶段的年龄界限因许多因素，如环境、营养、遗传等的影响而存在着个体或群体间的差异。在青春期、性成熟期的女性由于性别角色的日益突出，不可避免地在生长发育、健美、恋爱婚姻、生育、心理等方面遇到各种各样的问题，如果缺乏相应的卫生保健知识，往往感到困惑、恐惧和无所适从；到了更年期和老年期，由于内分泌的改变和体力的下降，加之退休后家庭角色和经济收入等的变化，也会遇到这样和那样的身心问题，如果得不到及时正确的解决，将严重影响女性的身心健康。

因此，对于女性在一生中所要经历的青春期、性成熟期、更年期、老年期，进行相应的保健知识教育是非常必要的，也是不容忽视的。本书就是基于此目的由有关专家及具有丰富临床经验的医师参加撰写的。

本书内容丰富、方法具体、通俗易懂，包括青春指南、婚孕产保健、更年期与老年期保健、女性常见病防治、永葆健美、心理导航、饮食保健、美容沙龙、日常保健等，对女性一生中可能遇到的问题给予了相应的解答和指导，以提高女性的生活质量，使她们生活得健康、快乐，更具魅力。



Women Health

女性保健

该书是女性朋友良好的保健科普读物；也是进行家庭卫生保健教育的良师益友，可作为妈妈送给心爱女儿的礼物。

编 者

2005 年 5 月