

<<女人的美丽源于子宫>>

图书基本信息

书名：<<女人的美丽源于子宫>>

13位ISBN编号：9787802505049

10位ISBN编号：7802505046

出版时间：2012-1

出版时间：中国言实

作者：魏素梅//吴朝香

页数：284

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<女人的美丽源于子宫>>

前言

女人美丽的根本在子宫 冰心曾说，世界上少了女人，就少了百分之五十的真，百分之六十的善，百分之七十的美。

漂亮的女人就像生活中的一道靓丽风景，装点着我们的视野。

每个女人在以不同的方式，或优雅或娇艳或清淡或明媚，绽放着自己的美丽，修炼着自己的气质，让我们平淡的生活摇曳多姿。

生活因女人的姣美而变得色彩斑斓，女人也不辜负生活对她的期望，让追求美丽成为自己的天性。女人都爱美，没有一个女人不为美丽伤神，如何让自己变得更美丽，是女人讨论一生的话题。

但是，不是所有的女人都天生丽质。

女人在用各种外在物质装饰自己，为自己美丽加分的时候，却始终没办法改变自己身体本来的缺陷。

女人仍然为脸上出现的色斑、痘痘、暗沉、粗糙等皮肤问题伤神，仍然为生理周期变得不准、月经时间变长、痛经加剧、排卵期腹痛等生理问题而烦恼。

然而，女人，你是否知道，这一切都可能源于你的子宫。

女人的身体独特而神秘，充满了创造力和智慧。

子宫，这个被称为“第六脏腑”的器官，作为女人的“后花园”，藏于女人体内，与女人相伴一生，完成并见证了女人每一个阶段的蜕变，女人靓丽的容颜、健康的身心、幸福的生活，可以说都与它息息相关。

子宫是我们的生命源泉。

上帝赋予了女人神圣而艰巨的职责，将人类传宗接代的事交给了女人。

女人十月怀胎，用自己的鲜血甚至全部生命创造了新生命。

子宫可以说是创造的天国，人类的繁衍生息是从这里开始的。

子宫更是女人的美丽源泉。

子宫是非常重要的内分泌器官，它会分泌多种激素来维持女性内分泌的稳定。

激素水平紊乱很容易造成皮肤问题，让黄褐斑、皮肤粗糙如影随形。

女性疾病是使女人美丽失色的主要原因。

而很多困扰女性的疾病也都与子宫有关。

子宫血液循环变弱，肌肤也可能存在肤色暗沉、缺乏光泽，黑眼圈的隐患也存其中。

由此可见，一个健康的子宫对女人保持年轻美丽多重要啊！

健康的子宫是女人美丽的根本所在。

为什么一过26岁女人就感觉皮肤状况变差、精力不如从前，甚至成人痘等问题都接连爆发？

这可能都是因为主导女人美丽的引擎——子宫的状态开始走下坡路了！

通常子宫的巅峰年龄在26岁左右，到了30岁前后会迎来“急转弯”。

如果子宫年龄大于实际年龄，你会显得比同龄人更加衰老。

可是，女人却总是忽视对子宫的保健，缺乏子宫的相关知识，导致各种子宫疾病，让自己的美丽渐渐失色。

一个健康的女人才美丽。

美丽的根本在体内。

女人，想要健康美丽，不能不善待子宫！

女人，想要摆脱暗黄脸色，拥有粉嫩肌肤，就一定要保持子宫健康！

女人，拥有了健康的子宫，就拥有了美丽的法宝！

<<女人的美丽源于子宫>>

内容概要

爱美的女人总是因为脸上出现的色斑、痘疮、暗沉、粗糙等皮肤问题伤神，为生理周期变得不准、月经时间变长、痛经加剧、排卵期腹痛等生理问题烦恼。于是女人们想出各种各样的方法来改善或是掩盖这些身体上的不完美。

但是，你有没有发现，你用了许多美白产品，脸上的色斑依然不减；你去了很多次美容院，皮肤依然粗糙；你做了很多面膜，脸色还是暗黄……你挖空心思、千方百计想出来的美丽之方都毫无成效。

可是，你又知道这是为什么吗？也许，你要的答案就在魏素梅、吴朝香编著的这本《女人的美丽源于子宫》里。

健康的子宫是女人美丽的根本所在。子宫，完成并见证了女人人生每一个阶段的蜕变，与女人靓丽的容颜、健康的身心、幸福的生活息息相关。子宫是非常的内分泌器官，它会分泌多种激素来维持女性内分泌的稳定。而激素水平紊乱会造成皮肤问题，让黄褐斑、皮肤粗糙如影随形。女性疾病是使女人美丽失色的主要原因，而很多困扰女性的疾病也都与子宫有关。子宫血液循环变弱，肌肤也可能存在肤色暗沉、缺乏光泽、黑眼圈的隐患。

一个健康的子宫对女人的美丽至关重要。《女人的美丽源于子宫》通过对子宫知识以及子宫相关疾病的介绍，让你充分了解子宫，并介绍相关疾病的预防和保健方法，为你保养子宫、保持美丽提供参考。

子宫是女人的美丽源泉。
女人，想要健康美丽，就一定要保持子宫健康！
拥有了健康的子宫，就拥有了美丽的法宝！

<<女人的美丽源于子宫>>

作者简介

魏素梅，女，38岁，1995年医学本科毕业后一直从事妇产科专业工作。2007年获四川大学华西医学院围产医学硕士学位，主攻妊娠期糖尿病及早产研究。现就职于成都市妇女儿童中心医院，任产科副主任医师。近年来发表论文数十篇。

吴朝香，女，武汉理工大学编辑出版专业，毕业后一直从事至书编辑工作，负责编辑整理并对本书的语言文字进行加工修饰，使其通俗易懂，科普性强，协助本书作者共同完成本书。

<<女人的美丽源于子宫>>

书籍目录

上篇 女人的美丽在哪里

一、你了解子宫吗

- 1.子宫是什么
- 2.你的子宫长什么样
- 3.子宫的组织结构
- 4.你的子宫在哪里
- 5.子宫的邻居们
- 6.子宫多大才健康
- 7.子宫的成长历程
- 8.月经，你从哪里来
- 9.宝宝在子宫

二、子宫，女人美丽的源泉

- 1.子宫，我们的生命之源
- 2.做漂亮的女人从健康的子宫开始
- 3.你还在烦恼你的暗黄脸色吗
- 4.子宫是女人的高危区
- 5.子宫病理变化让美丽失色
- 6.子宫杀手——流产
- 7.幸福生活，要躲开各种子宫炎症
- 8.如果你是一个没有了子宫的女人
- 9.你的子宫需要细心呵护
- 10.不要伤害你的美丽源泉

下篇 女人的美丽要自己保护

三、当你从女孩儿变成女人

- 1.成为女人的那些困扰
- 2.他是子宫疾病的罪魁祸首
- 3.别让子宫疾病影响你的性福生活
- 4.子宫的多事之秋
- 5.自然流产难道是子宫的问题
- 6.一个女人经得起几次堕胎
- 7.剖腹产没有那么简单
- 8.产后子宫需要恢复

四、做一个“无炎”女人

- 1.你的“天然屏障”需要保护
- 2.炎症危害，不要忽视
- 3.宫颈糜烂，你理解对了吗
- 4.这是有宫颈炎症了吗
- 5.给你的宫颈上个保险吧
- 6.治疗宫颈炎症有妙招
- 7.改正这些坏习惯吧
- 8.不为你熟知的子宫内膜炎

五、你的子宫是留给宝宝的

- 1.不要让子宫肌瘤占据了宝宝的宫殿
- 2.子宫肌瘤，怎么才能发现你
- 3.这些斑，这些瘤

<<女人的美丽源于子宫>>

- 4.不可小窥良性肿瘤的杀伤力
- 5.子宫肌瘤，让人疑虑多多
- 6.这些妙法让你远离子宫肌瘤
- 7.子宫肌瘤，切不切

六、“对位”才健康

- 1.令人烦恼的子宫内膜异位症
- 2.子宫内膜“出逃”惹的那些祸
- 3.子宫内膜为什么要“逃跑”
- 4.你的子宫发育正常吗？

- 5.把子宫“挪到”最佳位置
- 6.女人两个子宫的困惑
- 7.子宫也会“离家出走”
- 8.坐好月子，及早预防子宫脱垂

七、你不知道癌症离你有多近

- 1.认识子宫内膜癌
- 2.这真的是子宫内膜癌吗
- 3.看看你是不是易患子宫内膜癌
- 4.预防子宫内膜癌有妙招
- 5.一代天后的陨落只因宫颈癌
- 6.谁是宫颈癌的“粉丝”
- 7.识别误区，建好防线，封锁宫颈癌
- 8.一字之差，子宫肌瘤、子宫肉瘤要分清

八、月经是女人身体的晴雨表

- 1.初潮的伤痛
- 2.生命不能承受之痛
- 3.一无是处是痛经
- 4.远离误区，远离痛经
- 5.月经失调为哪般？

- 6.经期做好保健最关键
- 7.月经谢幕也要恰是时候

九、有关女人保健的那些事儿

- 1.关于子宫呵护那些事儿
- 2.子宫需要常温暖
- 3.会中风的不仅只有脑
- 4.分娩之后，保养先行
- 5.呵护附件，留住青春
- 6.听话的内分泌是美丽的秘诀
- 7.当心这些坏毛病让你老十岁

<<女人的美丽源于子宫>>

章节摘录

版权页：插图：4.你的子宫在哪里 我们说了，孕育生命是件非常重要的事情，所以女人把子宫放在了身体的最深处，用高热量且具有缓冲、保温、断热等多种功能的脂肪谨慎地包起来的。

这个最深处在哪儿？

就是我们前面提到的人体下腹部盆腔中央、膀胱和直肠之间。

子宫的位置可随膀胱与直肠的充盈程度或体位而有变化。

直立时，子宫体几乎与水平面平行，子宫底伏于膀胱的后上方，子宫颈保持在坐骨棘平面以上。

成人正常的子宫呈轻度前倾、前屈姿势，前倾即子宫轴与阴道轴之间呈向前开放的角度，前屈为子宫体与子宫颈之间的弯曲。

如此看来，对“子宫在哪儿”这个话题。

这个显然没什么更多好介绍的。

事实上，我要向你们介绍的子宫所在的“地理环境”。

就像我们在一个地方生活，首先要去了解 and 熟悉周边的环境一样，这样才能融入这个地方，更好地处理好自己的生活，让自己过得怡然自得。

我们既然已经下定决心要认真呵护我们的子宫了，光了解子宫显然是不够的。

子宫周围还有和它息息相关的很多重要的组织结构，在这里，我们也必须了解清楚，这样更有助于我们协调好自己的生理机能，让自己拥有健康的身体。

我们了解一个地方，当然首先要摸清周边的构成。

子宫的正常位置主要依靠盆膈和阴道的承托和韧带的牵引固定。

这些结构受损或松弛时，可以引起子宫脱垂。

这里，我们可以看出子宫韧带的重要，这也是我们首先要介绍的与子宫相关的组织结构。

固定子宫的四对韧带分别是子宫阔韧带、子宫圆韧带、子宫主韧带、子宫骶韧带：子宫阔韧带位于子宫两侧，为呈冠状位的双层腹膜皱襞。

上缘游离，包裹输卵管，其外侧端移行于卵巢悬韧带。

下缘和外侧缘与盆底和盆侧壁的腹膜较行，内侧缘与子宫前、后面的腹膜相续。

子宫阔韧带可分三部分：卵巢系膜，为卵巢前缘与子宫阔韧带后叶间的部分，由阔韧带后叶向后包裹卵巢所形成。

输卵管系膜，为输卵管与卵巢系膜根之间的部分。

子宫系膜，为子宫阔韧带的其余部分，内含子宫血管、淋巴管、神经及大量疏松结缔组织，称之为子宫旁组织。

子宫阔韧带的作用是限制子宫向两侧移动。

子宫主韧带：又称子宫颈横韧带，位于子宫阔韧带基底部，由结缔组织和平滑肌纤维构成。

连于子宫颈与盆侧壁之间，呈扇形，向下与盆膈上筋膜愈合。

子宫主韧带是固定子宫颈，使其维持在坐骨棘平面以上的重要结构，损伤或牵拉造成该韧带松弛后，容易引起子宫脱垂。

子宫圆韧带：呈圆索状，由结缔组织和平滑肌纤维构成。

长约12~14cm。

起自子宫角，输卵管附着部的前下方，在子宫阔韧带前叶覆盖下弯向盆侧壁前行，越过髂外血管至腹壁下动脉外侧，经深环入腹股沟管，出浅环附着于阴阜及大阴唇皮下，它是维持子宫前倾的主要结构。

骶子宫韧带：由结缔组织和平滑肌纤维构成，起自子宫颈后面，向后呈弓形绕过直肠外侧，附着于骶骨前面。

其表面有腹膜覆盖，形成直肠子宫襞。

该韧带的作用是向后上方牵引子宫颈，防止子宫前移，使子宫维持前屈姿势。

<<女人的美丽源于子宫>>

编辑推荐

《女人的美丽源于子宫》通过对子宫的知识介绍，让女性朋友们充分了解到她对于外在美丽的重要性，为女性保养子宫、保持美丽提供参考。

<<女人的美丽源于子宫>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>