

<<我的第一本女性醫學百科>>

图书基本信息

书名：<<我的第一本女性醫學百科>>

13位ISBN编号：9789861769967

10位ISBN编号：986176996X

出版时间：2009-8

出版时间：台灣東販股份有限公司

作者：星野寬美 著
蕭雲菁 译

页数：272

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>

<<我的第一本女性醫學百科>>

內容概要

身為女性不可不知的188項健康常識 我的身體是不是生病了？
徹底了解女性特有的“那個”部位 妳了解自己的身體嗎？
女性特有的病症、多發生於女性身上的病症 由心理壓力所造成的病症 創造性福的新生活 懷孕、生產須知 「更年期」的必備常識……等有鑑於女性讀者在日常生活當中，對於自己身體所會發生的各式各樣問題，存在著許多難以解決的疑惑，日本新星出版社特地收羅了一般女性最關心的話題，並且針對各個問題提供了解決的方法，另外也由關東勞災醫院婦產科醫師星野寬美女士進行監修。台灣東販取得該書中譯版權，期盼推廣給欲瞭解廣大的女性讀者閱讀，藉由簡單明瞭的圖文解釋，讓更多人認識女性所需注意的身體保健問題。
為使書籍內容的文字使用更精確，期與專業醫師配合，審訂本書文字。
目次難以啟齒的身體煩惱只想自己趕快解決問題！
少女的煩惱檔案 file-1口臭4 file-2體臭6 file-3香港腳8 file-4腳的異味9 file-5痔瘡10 file-6私處的異味12 file-7私處的搔癢13 file-8磨牙14 file-9打呼15 file-10掉髮、落髮16 Part1 最近出現了令人在意的症狀！
難道我生病了？
嚴重生理痛24 生理期過快、生理期過慢26 非生理期的下腹部疼痛27 月經沒有來28 非生理期的出血（異常出血）29 經血過多30 經血過少31 生理期比以往長、比以往短32 外陰道搔癢、疼痛33 白帶的狀態不對勁34 乳房腫脹、疼痛、令人擔心的硬塊35 頭痛36 肩膀僵硬38 腰痛40 貧血42 嚴重便秘44 嚴重腹瀉46 排便會痛47 肚子痛48 性行為時會痛50 排尿時會痛51 常常跑廁所（頻尿）52 令人在意的小便失禁53 令人在意的青春痘、雀斑、黑斑54 皮膚粗糙55 臉和手腳浮腫58 眩暈59 頭暈、站起來時會暈眩60 心臟怦怦跳（心悸）、喘不過氣來61 想吐、嘔吐62 無法消除疲勞63 賴床64 失眠65 很焦慮66 心情低落、不安67 身體冰冷68 眼睛乾澀（乾眼症）、眼睛疲倦70 關節痛72 麻痺73 腳拇指外翻74 捲甲75 經常發燒76 女性特有的部位，徹底剖析！
令人臉紅心跳又害怕的初次內診體驗82 是什麼樣的感覺？
會痛嗎？
初次的乳房攝影檢查體驗87 女性的身體1乳房的構造與變化92 女性的身體2生殖器的構造94 Part2妳瞭解自己的身體嗎？
女人的一生98 外生殖器與內生殖器的構造100 乳房的構造102 女性身體的週期一般來說都很「固定」104 從基礎體溫可以得知的事110 什麼是白帶？
114 婦產科會我問哪些問題？
116 選擇適合自己的醫院 118 婦產科會替我做哪些檢查？
120 乳房檢查有哪些種類？
122

<<我的第一本女性醫學百科>>

書籍目錄

難以啟齒的身體煩惱只想自己趕快解決問題！

少女的煩惱檔案file-1口臭 4file-2體臭 6file-3香港腳 8file-4腳的異味 9file-5痔瘡 10file-6私處的異味 12file-7私處的搔癢 13file-8磨牙 14file-9打呼 15file-10掉髮、落髮 16Part1 最近出現了令人在意的症狀！

難道我生病了？

嚴重生理痛 24生理期過快、生理期過慢 26非生理期的下腹部疼痛 27月經沒有來 28非生理期的出血（異常出血） 29經血過多 30經血過少 31生理期比以往長、比以往短 32外陰道搔癢、疼痛 33白帶的狀態不對勁 34乳房腫脹、疼痛、令人擔心的硬塊 35頭痛 36肩膀僵硬 38腰痛 40貧血 42嚴重便秘 44嚴重腹瀉

46排便會痛 47肚子痛 48性行為時會痛 50排尿時會痛 51常常跑廁所（頻尿） 52令人在意的小便失禁 53令人在意的青春痘、雀斑、黑斑 54皮膚粗糙 55臉和手腳浮腫 58眩暈 59頭暈、站起來時會暈眩 60心臟怦怦跳（心悸）、喘不過氣來 61想吐、嘔吐 62無法消除疲勞 63賴床 64失眠 65很焦慮 66心情低落、不安 67身體冰冷 68眼睛乾澀（乾眼症）、眼睛疲倦 70關節痛 72麻痺 73腳拇指外翻 74捲甲 75經常發燒 76女性特有的部位，徹底剖析！

令人臉紅心跳又害怕的初次內診體驗 82是什麼樣的感覺？

會痛嗎？

初次的乳房攝影檢查體驗 87女性的身體1 乳房的構造與變化 92女性的身體2 生殖器的構造 94Part2妳瞭解自己的身體嗎？

女人的一生 98外生殖器與內生殖器的構造 100乳房的構造 102女性身體的週期一般來說都很「固定」

104從基礎體溫可以得知的事 110什麼是白帶？

114婦產科會我問哪些問題？

116選擇適合自己的醫院 118婦產科會替我做哪些檢查？

120乳房檢查有哪些種類？

122Part3 女性特有的疾病、女性較常見的疾病PMS（月經前症候群） 126月經困難症 128月經不順 130

子宮腫瘤 132子宮肌腺症 135子宮內膜異位症 136子宮內膜炎 138子宮下垂 139子宮頸瘤、子宮頸炎 140

子宮頸糜爛 141陰道炎（非特異性陰道炎、念珠菌陰道炎、萎縮性陰道炎） 142卵巢腫瘤 144多囊性卵

巢症 147卵管炎、卵巢炎 148骨盤腹膜炎 149外陰道炎、外陰道潰瘍 150巴氏腺炎、巴氏腺膿瘍 151乳腺

症、乳腺炎 152乳腺纖維腺瘤 153乳輪炎、乳頭炎 154乳管內乳突瘤 155子宮內膜癌 156子宮頸癌 159外

陰道癌、陰道癌 162卵巢癌 163乳癌 166性病 169低血壓症 172尿道感染（膀胱炎、腎盂腎炎） 173肥胖

174骨質疏鬆症 176牙周病 177膠原病 178異位性皮膚炎 180甲狀腺機能亢進症、甲狀腺機能低下症

181Part4 壓力也可能造成心理疾病壓力和心理疾病有關係？

186自律神經失調 189憂鬱症 190失眠 192適應障礙 194PTSD（創傷後壓力症候群） 195恐慌症 196過度

呼吸症候群 197過敏性腸症候群 198胃潰瘍、十二指腸潰瘍 199厭食症、過食症 200P21Part5 幸福的性

生活為了幸福的性生活 202男性的身體構造 204為了增加彼此的快感 206做愛的方式有很多種 208妳知道

嗎？

正確的避孕知識 210萬一不想有卻懷孕了 216性行為的煩惱Q&A 218Part6 懷孕與生產的架構想要小

寶寶的時候 222懷孕的架構 224瞭解懷孕時的診察流程 226懷孕時的身體變化 230懷孕生活需注意的事

236在小寶寶出生之前 240產後應如何生活 244何謂不孕症 246不孕症的診察與檢查 248不孕的治療有

這些方法 250Part7 瞭解「更年期」更年期什麼時候來？

254更年期障礙會有什麼狀況？

256應如此克服更年期 260更年期時應注意這些疾病 262索引 266專欄瞭解自己的肌膚、讓自己的肌膚保

持光滑 56善用營養補給品 77職業女性該思考的問題 78生理期期間「可以做的事」、「應避免做的事」

109每年至少到婦產科檢查一次 124錯誤的減肥法會傷害妳的身體 175正確的飲食生活是維持健康的基

本 182鮮為人知的「低用量避孕藥」秘密 214產後令人在意的「這種事」、「那種事」 245尋找自己的

家庭醫師 252為了老年能夠生活平穩，目前所需考量的事 264P22單純的疑問生小寶寶就能減輕生理痛

嗎？

25經血多的人，真的容易貧血嗎？

<<我的第一本女性醫學百科>>

- 29哪一種人比較容易引起偏頭痛？
- 37肩膀僵硬時，可以搥打或揉捏肩膀嗎？
- 39腰痛時，是否最好睡比較硬的墊被？
- 41嚴重便秘時的疼痛，也算是排便痛的一種嗎？
- 47打嗝是一種病嗎？
- 49膀胱炎是什麼樣的病？
- 51膀胱大概能儲存多少尿液？
- 53泡澡過久造成頭暈時要怎麼辦？
- 59嘔吐時該怎麼處理才好？
- 62明明沒有低血壓也沒有心理疾病，為什麼早上會起不來？
- 64青光眼是老年人的疾病嗎？
- 71扁平足是什麼樣的情形？
- 74正常體溫是指幾度到幾度？
- 76每個人的外生殖器，大小都一樣嗎？
- 101胸部大小是如何決定的？
- 103經血真的會有味道嗎？
- 104一般經血量大概都多少？
- 108沒辦法每天同一時間測量基礎體溫..... 113白帶會分泌到什麼時候為止？
- 115在意胸部有問題時，也是看婦產科嗎？
- 117第一次看診，應該到教學醫院還是個人醫院比較好？
- 119內診會不會很恐怖？
- 120生理期期間也可以看婦產科嗎？
- 129月經不順就無法懷孕嗎？
- 131子宮後傾也是疾病嗎？
- 139做愛也會感染陰道炎嗎？
- 143拿掉卵巢後，就沒辦法生小孩了嗎？
- 145拿掉一邊的卵巢後，月經就會變成兩個月來一次嗎？
- 146沒有排卵就不會懷孕嗎？
- 147發炎時還可以做愛嗎？
- 148擦拭屁股的方法有固定嗎？
- 151我覺得自己的乳頭似乎有點下陷..... 154乳房的問題只有女性才有嗎？
- 155拿掉子宮或卵巢後，就沒辦法做愛了嗎？
- 158年輕時若罹患子宮頸癌，就會沒辦法生小孩嗎？
- 159要怎麼做才能及早發現癌症？
- 160可以自行選擇手術方式嗎？
- 162拿掉卵巢後，是否就會越來越沒有女人味？
- 164疹子會因人而異嗎？
- 180患上心理疾病後，是否就得辭去工作？
- 188家人有憂鬱症時，應多留意哪些事？
- 191精神科和心理諮詢科有什麼不同？
- 192什麼是無精子精液？
- 和一般精液有什麼不同？
- 205什麼是事後避孕藥？
- 213我想在娘家附近生產，該怎麼做才好？
- 229聽說懷孕中的婦女，會一直想吃同樣的東西？
- 238生產時如果先生要在旁邊陪伴，需要什麼樣的事前準備？
- 241常常聽到產後憂鬱症一詞，這到底是什麼？

<<我的第一本女性醫學百科>>

244 月經會突然就沒有了嗎？

255 我媽媽目前有更年期障礙，該怎麼面對她才好？

256 中藥無法減輕更年期障礙的症狀嗎？

261 進入更年期後，該如何做愛？

263

<<我的第一本女性醫學百科>>

章节摘录

Part1 最近出現了令人在意的症狀！

難道我生病了？

雖然還滿令人在意的，但還不至於需要去看醫生。

你是否也有某些這種程度的小症狀？

不過這種看似不起眼的小症狀，常常是引發大問題的一大徵兆，如果妳有這種疑慮的話，建議妳一定要確認一次自己的身體狀況看看。

女性特有的症狀 嚴重生理痛！

有可能是這種病 子宮內膜異位症P136 子宮腫瘤P132 月經困難症P128 生理痛是什麼樣的症狀？

月經開始後的前幾天，肚子和下腹部還有腰，常常會有疼痛感，或是覺得很沉重，這就是生理痛。

雖然生理痛的情形因人而異，但通常都在月經來後的第1～第3、4天以後才開始產生生理痛。

並不是所有人都會有生理痛的症狀，但月生理期間的輕微疼痛感，應該是每個人都曾經體驗過，即使不是器質性疾病，還是有可能會痛，只是如果每次月經來時，都有嚴重的生理痛情形，甚至因此請假無法去上學或上班，只能一直躺在床上休息，提不起力氣來做什麼事時，就有可能是因為潛藏著子宮或卵巢方面的疾病。

Check！

出現這種症狀時要小心 每次都痛到得躺在床上休息 吃了市面上賣的止痛藥也沒有效
其他 每次都必須請假不去上學或上班 從某個時期開始突然痛得越來越嚴重

<<我的第一本女性醫學百科>>

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>