

# 《自我保健万事通》

## 图书基本信息

书名：《自我保健万事通》

13位ISBN编号：9787117066556

10位ISBN编号：7117066555

出版时间：2005-4

出版社：人民卫生出版社

作者：韩绍安

页数：1024

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

# 《自我保健万事通》

## 内容概要

本书的第一个特点，也是它最为突出的特点，就是注重实用性，即写的都是在自我保健过程中最需要、最缺乏和最容易混淆的问题，少讲大道理，多讲怎么办，教你如何去做，而且力求都能用得上，用之有效。第二个特点是丰富全面，即内容丰富、涉及面广，自我保健的方方面面几乎无所不包。所谓“万事通”就是如此。第三个特点是科学严谨，编者都是从事临床多年的高级医师或教授，其中大多数是各科专家。这一点十分重要，读者可以用心地去学，放心地去用。另外，在写法上本书突出简明扼要，开门见山，深入浅出，通俗易懂。因此，可以说这是一本广大读者最需要的“一看就懂，一学就会，一用就灵”的保健全书。每个家庭如果有这本书，就如同请进一位全科医生，是每位进行自我保健者的良师益友。

## 书籍目录

### 第一篇 两性知识篇

性不是人之本能吗，为什么还要普及性知识

什么叫性征、第一性征、第二性征和第三性征，男女在这些特征上有什么主要差别

什么叫性成熟，过早地进行性生活有何害处

性冲动是怎样产生的，男女在性冲动上有何差别

什么是性感区，了解性感区对夫妻间性和谐有什么帮助

什么是性反应，它分为哪几期

兴奋期男女身体各有哪些变化，主要

# 《自我保健万事通》

## 精彩短评

1、内容很全面，适合中老年人健康保健。

# 《自我保健万事通》

## 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:[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)