

《白领女性素质读本04》

图书基本信息

书名：《白领女性素质读本04》

13位ISBN编号：9787538851250

10位ISBN编号：7538851259

出版时间：2006-8

出版社：黑龙江科学技术出版社

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

《白领女性素质读本04》

内容概要

女人最想要的是什么？青春、美丽、品位、气质、自信……美好的素质并非与生俱来，而是要不断修养自身、提升形象。整日在职场奔波的职业女性，如果你想重新打理自己，塑造一个崭新的靓丽形象，就请打开这套为职业女性准备的素质读本，在这里，从内在修养到外在形象；从性格完善到交际礼仪；从激发潜能到把握机会……真切贴近女性朋友，为女性打开一扇完善自我，提升素质的窗口。

书籍目录

了解自己的身体女性一生中的不同时期女性体质的几种类型女性与男性的毛发分布不一样你的乳房什么样你属于哪种乳房类型你知道骨盆是什么样吗孕育新生命的子宫女性与男性尿道的区别体重与女性美青春期少女的生理变化美好时光——青春期什么是第二性特征胸罩的正确使用乳房的正常发育哪些因素影响身高女性青春期营养要注意什么青春期不要穿紧身衣白带是怎么回事月经是怎么回事月经期应保持清洁卫生注意月经期饮食情绪与环境对月经有影响吗闭经是怎么回事防止青春期厌食症月经过多或过少怎么办为什么会发生功能性子宫出血痛经的原因及疗法长了粉刺怎么办青春期声带的保护方法婚育期女性应掌握的知识必要的婚前检查生育的最佳年龄几种避孕的方法人工流产及注意事项怎样判断自己是否怀孕了如何计算预产期妊娠初期应注意哪些问题稳定的妊娠中期要重视妊娠后期妊娠须知孕妇洗澡应注意哪些事情维生素对孕妇和胎儿的作用分娩时如何缓解阵痛自然分娩与剖腹产的比较孕妇临产前有哪些先兆为什么会发生胎膜早破感冒对孕妇有什么影响为什么孕妇不宜接触猫和狗在分娩时产妇应怎样配合怎样度过产褥期要合理搭配产后的饮食新生儿护理知识母乳是新生儿的最佳食物喂奶的学问断奶的最佳时间婴儿何时添加辅食要及时服用鱼肝油学会正确使用奶瓶喂养早产儿要格外精心新生儿的生理特点婴儿的衣着有讲究为婴儿创造良好的生活空间婴儿每天的睡眠时间有多长出身后的婴儿将有哪些变化怎样给婴儿洗澡婴儿为什么怕捂中老年时期的女性保健更年期与老年期的划分更年期综合征是怎么回事你是否进入了女性的“第二个春天”防止更年期发胖更年期女性应格外注意防妇科肿瘤老年妇女的生理特点老年女性更要善待自己保持健康要运动因人而异进行活动散步有益健康打保龄球有益健康怎样度假有益健康……女性生活小百科女性常见病防治女性必须知道的日常生活知识

章节摘录

安全，越晚手术就越复杂，而且手术后康复也比较慢。最适合做人工流产手术的时间，应在妊娠的第2个月后期至第3个月开始时。怎样计算妊娠月数呢？通常是把最后一次月经结束的第一天作为妊娠的第一个月。有些女性认为人工流产手术没有什么难度，就近随便找个医院就可以了。其实这种想法是错误的，一旦手术没有做好，很可能会引起妇科疾病，所以不要掉以轻心。最好选择一家知名度高，医疗设施好的医院做人工流产手术。手术之前，应把个人卫生清理一下，可洗一个澡。手术过后，要静卧一周。避免劳动，保持外阴部清洁。4周内禁止盆浴及性生活，以免生殖器官发炎。如果流血时间较长或出血量大，出现腹痛、发烧等症状时，应立即到医院请医生诊断治疗。

《白领女性素质读本04》

媒体关注与评论

21世纪将是女人的时代，未来最重要的趋势之一，不管男性还是女性。都将受到改变世界的女人的影响。——美国某女性杂志

《白领女性素质读本04》

编辑推荐

时装是女性最华丽的外衣 身体是女性最挚爱的内衣 气质是女性最昂贵的品牌

《白领女性素质读本04》

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