

<<好女孩是这样培养出来的>>

图书基本信息

书名：<<好女孩是这样培养出来的>>

13位ISBN编号：9787802435919

10位ISBN编号：7802435919

出版时间：2011-4

出版时间：航空工业

作者：郭漫

页数：189

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>

<<好女孩是这样培养出来的>>

内容概要

青春期的女孩就像含苞待放的花朵，正处于生理和心理发育的特殊时期。随着身体发育的日渐成熟，女孩们会面临很多的烦恼和困惑。本书带领青春期的女孩揭开成长的秘密，为成长答疑解惑，学会轻松面对青春期出现的各种生理变化和心理问题，学会正确处理好亲情和友情的关系，学会正确的异性交往、师生交往和社会人际交往的法则，做一个聪慧、健康的气质女孩。

<<好女孩是这样培养出来的>>

书籍目录

第1章 身体发出的信号

体内乾坤——青春期男女有别的秘密

胸部凸起来了

“那个”地方长了毛毛

白色液体润湿了内裤

每个月的特别日子

渐渐褪去的童声

身材凸显女性曲线

“扑面”而来的小痘痘

第2章 为成长答疑解惑

性成熟有早晚吗

卫生保健不可少

性幻想是犯罪吗?

怎样判断月经是否正常

月经期间适宜运动吗?

缓解痛经有办法

怎样选择使用卫生巾?

来月经后就不会长高吗?

青春期女孩闭经怎么办?

精心呵护你的乳房

支招乳房发育不良

女孩分泌乳汁莫轻心

怎样应对常见的皮肤问题?

正视体毛

不要让腋臭影响自己

想减肥,可以节食吗?

运动怎样减肥?

患了厌食症怎么办?

我不想要小肚腩

贫血怎么办?

警惕公共场所性疾病传播

不容忽视的青春期妇科问题

如何防治青春期子宫出血

外阴瘙痒的诱因与防治

重防阴道卫生,预防阴道炎

卵巢肿瘤早发现

科学地看待处女膜

第3章 少女的豆蔻情怀

第4章 做自己的保护伞

第5章 释放思想,从容面对

第6章 内外兼修靓女孩

第7章 美好生活早规划

<<好女孩是这样培养出来的>>

章节摘录

版权页：插图：青春期阶段的女孩超前发育的情况比男孩多见，所以很容易让女孩误以为随着女孩月经初潮的到来，身高将停止增长。

其实，骨骼生长与月经没有因果关系，有些女孩在月经来潮后，身体还会长高不少呢。

在青春期，女孩机体的内环境和内分泌水平都在大幅度变化，身高也是一个反映生长的指标，长高的原因主要是骨骼的发育。

人体的骨干和骨骺之间有软骨生长板，软骨不断生长成为成骨，人体便不断地长高。

不同的年龄阶段，软骨的生长情况并不相同。

这一时期，骨骼的钙化一般是在逐步加快。

当骨骺线闭合后，人体基本停止长高了，而骨骺闭合一般要到25岁左右。

生活水平的提高，会促使骨骼生长发育提前，也会促使月经提前。

原因是骨骼的生长发育与第二性征的其他表现，比如月经、阴毛和腋毛生长等，都是受中枢神经系统调控和体内激素影响的，所以有很大的可能，月经初潮与骨骺闭合的时间会同时提前，但这只能说二者有密切关系，或者是受同一个因素的影响导致的，但不能说月经初潮就是停止长高的决定因素。

其实，月经来潮是中枢神经系统到达一定的兴奋程度，并且体内的激素到达一定水平的结果，从这一层意义上考虑，月经来潮的因素对骨骼的生长也同时会有一些促进作用。

有些女孩在月经来潮后，身体还会长高不少，所以骨骼生长与月经没有因果关系。

<<好女孩是这样培养出来的>>

编辑推荐

《好女孩是这样培养出来的》用智慧的双眼去阅读，用聆听的心灵去感受：跨越千年的时光流转、沧海桑田的伟大变迁、自然造化的神奇瑰丽、世界文化的灿烂光芒……豆蔻年华，花儿一样的青春。在成长的过程中，总有很多突如其来的小变化让我们感到困惑，甚至烦恼，也许你眼中的问题只是你成长的见证，就让我们一起来为成长答疑解惑吧。

这不仅仅是一本书，更是一个特别的朋友，带给你一份特殊的关心和爱护。

这里面，有你想说而难于启齿的话，这里面，有你想知道而还不知道的事；这里面，有许多公开的秘密，也有许多秘密的公开；这是一个女孩成长的经历，曾经，小女孩是如此的渴望长大：长大之后才能像妈妈一样穿漂亮的鞋子，长大之后可以穿许多漂亮的衣服……可如今，长大的女孩却多了许多烦恼，长大的女孩多了无数的困扰，长大的女孩开始喜欢一个人静静地呆着想心事……

<<好女孩是这样培养出来的>>

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>