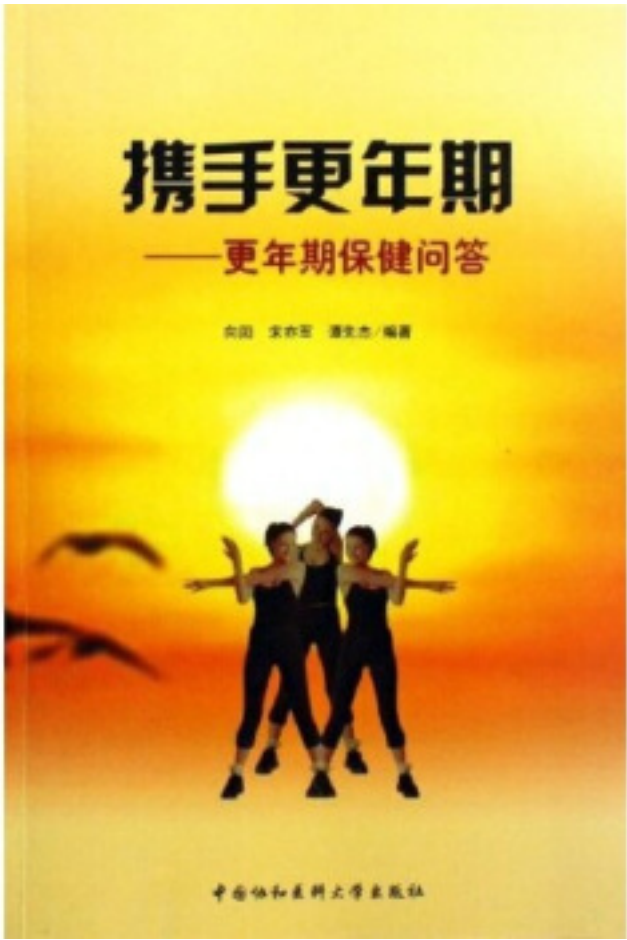


携手更年期：更年期保健问答



[携手更年期：更年期保健问答_下载链接1](#)

著者:向阳 等 著

[携手更年期：更年期保健问答_下载链接1](#)

标签

评论

还不错。没细看呢。不贵。

给爸妈买的，确实不错

开始的疯狂的身份桑德菲杰

给母亲买的，不赖，母亲正在看

好好好好好好好好好好好好好好好好好好好好

本书为即将进入或已经进入更年期s的妇女提x供的健康D咨询。本G书从女K性生理N基本P知Q识、T更年期生V理X改变及相关

先买过一本小册子看，再买相关方面的这本，有些知识补充。

适合更年期女性，通过看此书，来调节一下自己的心情，以及调养身体

问答形式，很实用！内容详细！

书内容有点薄，写的内容很有针对性，比较适合老年人在更年期看。

保健问答很通俗易懂，看看增加些基础知识

还挺不错的 买来参考一下 有一定的参考价值 呵呵

还不错 很值 是问答形式的

还不错，送给老人的，比较实用

可能是自己对书中的内容都已经有所了解吧!

给妈妈买的，希望有帮助，京东送货很快，给快递赞一个！ 第1章 衣物清洗小窍门
清洗前必须先做什么事你知道布料的洗涤特点吗怎样选择洗涤剂
如何使用肥皂去污效果最佳 衣服一股脑扔进洗衣机行吗你认识衣服上的洗涤图标吗
为什么带颜色的衣服初次最好用手洗 怎样洗衣不会相互缠绕 衣物甩干时间都一样吗
机洗前必须做的事不同的衣物不同的洗法 怎样洗衬衫 怎样洗蕾丝纱质衣物
怎样洗真丝衣物怎样洗毛衣不板硬 怎样洗T恤衫 怎样洗牛仔服 怎样清洗麻质衣物
人造革衣物怎样清洁 洗尿布用什么洗剂最佳 怎样洗羊毛衫 怎样洗羽绒服
羽绒服洗后留下皂迹怎么除 西服套装可以在家洗吗 怎样洗皮夹克 洗毛巾被应注意什么
怎样洗皮手套 怎样洗游泳衣 怎样洗泳镜 针织帽子如何洗 怎样洗毛巾衫 怎样洗夏被
怎样洗夏帽 怎样擦黑皮鞋 怎样清洗非皮革面料的运动鞋 怎样清理白皮鞋
浅色皮鞋怎么擦 渍怎样清洗 怎样去除颜料渍 如何去除其他体液渍
血渍怎样除怎样清刷麂皮皮鞋 怎样清洗皮革面料的运动鞋 清洁皮鞋有什么

人们常说，男人四十是道坎，指的是事业。其实，女人四十也是道坎，尤其是生理。虽然每月一次的生理现象仍然维持，但皮肤已经有些黯淡了，脾气变急躁了，上医院的次数多了……更年期真的就要来临了。

生命是如此奇妙，从小小受精卵到呱呱坠地的婴儿，再到幼年、成年、中年、老年，最终将汇入生命长河的另一端。这是无法抗拒的自然规律，是人类的新陈代谢。人的一生实际上就是一个不断变化，并不断适应的过程。进入40岁以后的妇女到更年期是女性生命长河中的一段，是每个正常妇女都要经历的，因此对待更年期的态度也应该是：适应它。女性只有对自身的结构和生理特点有所认识，才能采取有针对性的保健措施。只有对更年期常见疾病有所了解，才能提高对疾病的警惕性；性激素补充治疗利弊之争由来已久，女性该何去何从；更年期心理健康问题日益凸现，女性该如何对待；毋庸讳言，性与避孕问题仍是更年期妇女的家庭生活主题之一。人们常说，男人四十是道坎，指的是事业。其实，女人四十也是道坎，尤其是生理。虽然每月一次的生理现象仍然维持，但皮肤已经有些黯淡了，脾气变急躁了，上医院的次数多了……更年期真的就要来临了。

生命是如此奇妙，从小小受精卵到呱呱坠地的婴儿，再到幼年、成年、中年、老年，最终将汇入生命长河的另一端。这是无法抗拒的自然规律，是人类的新陈代谢。人的一生实际上就是一个不断变化，并不断适应的过程。进入40岁以后的妇女到更年期是女性生命长河中的一段，是每个正常妇女都要经历的，因此对待更年期的态度也应该是：适应它。女性只有对自身的结构和生理特点有所认识，才能采取有针对性的保健措施。只有

对更年期常见疾病有所了解，才能提高对疾病的警惕性；性激素补充治疗利弊之争由来已久，女性该何去何从；更年期心理健康问题日益凸现，女性该如何对待；毋庸置疑，性与避孕问题仍是更年期妇女的家庭生活主题之一。人们常说，男人四十是道坎，指的是事业。其实，女人四十也是道坎，尤其是生理。虽然每月一次的生理现象仍然维持，但皮肤已经有些黯淡了，脾气变急躁了，上医院的次数多了……更年期真的就要来临了。

生命是如此奇妙，从小小受精卵到呱呱坠地的婴儿，再到幼年、成年、中年、老年，最终将汇入生命长河的另一端。这是无法抗拒的自然规律，是人类的新陈代谢。人的一生实际上就是一个不断变化，并不断适应的过程。进入40岁以后的妇女到更年期是女性生命长河中的一段，是每个正常妇女都要经历的，因此对待更年期的态度也应该是：适应它。女性只有对自身的结构和生理特点有所认识，才能采取有针对性的保健措施。只有对更年期常见疾病有所了解，才能提高对疾病的警惕性；性激素补充治疗利弊之争由来已久，女性该何去何从；更年期心理健康问题日益凸现，女性该如何对待；毋庸置疑，性与避孕问题仍是更年期妇女的家庭生活主题之一。

人的一生实际上就是一个不断变化，并不断适应的过程

[携手更年期：更年期保健问答_下载链接1](#)

书评

[携手更年期：更年期保健问答_下载链接1](#)