

แปด...เรื่องลับ

แต่ ตอวรุ

เปิดเผยคำตอบเรื่องลึกลับ

และลับที่ตอวรุ...แต่ไม่กล้าถาม

616.95

017W

2553

ฉ.1

อภิมิน ฐาปนกุลศักดิ์

สารบัญ

หน้า

ตอนที่ 1	เรื่องลึก ๆ แต่ไม่ลับ	1
	• ความผิดแผกแตกต่างระหว่างชายจริงหญิงแท้	2
	• รูปลักษณ์ภายนอกและภายในของเพศชาย	4
	• รูปลักษณ์ภายนอกและภายในของเพศหญิง	9
	• ทำไมผู้หญิงจึงต้องมีประจำเดือน (Menstrual Cycle)	13
	• การจดบันทึกประจำเดือนในแต่ละเดือน	17
	• เราจะพบอาการอะไรบ้างเมื่อต้องมีประจำเดือน	20
	• อาการปวดขณะมีประจำเดือนเกิดได้อย่างไร	21
	• จะดูแลสุขภาพทางเพศอย่างไรดี	24
	• สุขภาพเพศชาย	25
	• สุขภาพเพศหญิง	27



ตอนที่ 2	รู้รอดปลอดภัยถ้าเข้าใจโรคเอดส์	31
•	ทำไมจึงต้องรู้เรื่องโรคเอดส์	33
•	ทำไมเราจึงไม่รู้ว่าคน ๗ นั้นติดเชื้อเอดส์แล้ว	34
•	โรคเอดส์ติดต่อทางใดบ้าง	35
•	อาการอย่างไรจึงจะเรียกได้ว่าเป็นโรคเอดส์	38
•	พฤติกรรมใดบ้างที่นำไปสู่ความเสี่ยงต่อการติดโรคเอดส์	41
•	โรคเอดส์มียารักษาให้หายได้รึเปล่า	44
•	พฤติกรรมแบบนี้ไม่เสี่ยงต่อการติดเอดส์	48
•	จะป้องกันไม่ให้ตัวเองติดเอดส์ได้อย่างไร	49
•	จะสังเกตอย่างไรว่าถุงยางนั้นปลอดภัย	50
•	ขั้นตอนการสวมถุงยางอนามัย	52
•	รู้ไว้ปลอดภัยห่างไกลโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์	54

ซิฟิลิส 55

แผลริมอ่อน 56

เริ่มอวัยวะเพศ 57

กามโรคของต่อม
และท่อน้ำเหลือง 58

หนองใน 59

หนองในเทียม 61

หูดหงอนไก่ 62

หูดข้าวสุก 63

พยาธิช่องคลอด 64

เชื้อราในช่องคลอด 65

โลน 66

หิด 67

- แนวทางการปฏิบัติตัวสำหรับผู้เป็นโรคติดต่อ
ทางเพศสัมพันธ์ 68
- แนวทางการป้องกันไม่ให้เป็นโรคติดต่อ
ทางเพศสัมพันธ์ 69

ตอนที่ 3 เคล็ดลับสู่ความหวัง 70

- การตั้งความหวังในชีวิต 71
- หนทางสู่ความหวัง 77
- สูตรสำเร็จในการคิดหาทางไปสู่ความหวัง 78
- ทำอย่างไรเมื่อล้มหวัง 82
- เทคนิคการเตือนเพื่อน 86

