

图书基本信息

书名：<<中国农民卫生保健丛书-农村常见病症的简易疗法>>

13位ISBN编号：9787117117814

10位ISBN编号：7117117818

出版时间：2009-7

出版时间：人民卫生出版社

作者：何增义，尹英学，高家彦，薛元坤 编

页数：163

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>

## 前言

在一年一度的全国科技周来临之际，“振兴老区、服务三农、科技列车井冈山”的列车启动了。为了配合这次活动，卫生部和科技部组织专家编写的一套《中国农民卫生保健丛书》也将随着这辆列车送往革命老区。

改革开放以来，农村广大群众的生活有了很大改善，医疗水平有了一定的提高。

但是，农村的医疗卫生条件、农民的个人卫生意识与城市相比仍然有很大的差距。

农民保健知识十分贫乏，自我保健意识不强。

农民因病致贫、因病返贫的现象依然存在，在一定程度上影响了农村经济的发展。

党的十六大报告指出，我国城乡二元经济结构还没有改变，地区差距扩大的趋势尚未扭转，贫困人口还为数不少；并提出，我们要在本世纪头二十年，集中力量，全面建设惠及十几亿人口的更高水平的小康社会，使经济更加发展、民主更加健全、科教更加进步、文化更加繁荣、社会更加和谐、人民生活更加殷实。

小康社会的重要标志之一，就是全民健康水平的提高。

我国百分之八十的人口在农村，只有农民群众的健康水平提高了，才能进入全面小康社会。

## 内容概要

《中国农民卫生保健丛书》中的六种，已出版6种，由卫生部、科技部购买6000~10000册不等赠送农村地区，并已列入我社十一五规划。

从农村的实际情况出发，选择了溺水后怎么现场急救、中暑了如何救治、如何应对意外断肢、烫伤以后怎么办、鼻出血应该怎么办、触电以后怎么现场急救、蜂蜇伤如何治疗、蛇咬伤后该如何处理、农药中毒后首先要做哪些急救、急性酒精中毒后的该怎么处理、被猫狗咬后要做哪些处理等50余个农村常见病症，通过科学的、通俗的、实用的、生动的、图文并茂的讲解，让农民能够在第一时间掌握这些病种的处理方法，及时挽救伤病员的生命，避免和减少死亡、残疾，为一些危急重病例争取抢救时间。

书籍目录

第一部分 内科疾病1.如何防治感冒2.患了慢性支气管炎怎么办3.如何治疗支气管哮喘4.为什么会患高血压病5.怎样紧急处理心绞痛6.胃疼是怎么回事7.打嗝是怎么回事8.为什么会胆绞痛9.怎样治疗便秘10.患了痛风怎么办11.患了中风怎么办12.如果失眠咋办第二部分 外科疾病1.关节扭伤后怎样治疗2.患了坐骨神经痛怎么办3.外伤出血怎么办4.怎样治疗肩周炎5.落枕了怎么办6.岔气是怎么回事7.什么是闪腰8.皮肤疔肿怎么处理9.患了痔疮怎么办10.治疗急性乳腺炎有什么好办法11.慢性前列腺炎可以治疗吗12.早泄问题怎么治第三部分 五官科疾病1.怎么治疗牙痛2.口臭的简易治疗3.鼻腔出血怎样处理4.慢性鼻炎有什么好办法5.怎么治疗慢性咽炎6.患了睑腺炎怎么办7.复发性口腔溃疡有良方8.如何处理急性结膜炎第四部分 妇科疾病1.如何正确对待女性更年期综合征2.妊娠呕吐不要乱吃药3.痛经怎么办第五部分 儿科疾病第六部分 皮肤病第七部分 传染病第八部分 常见急症附 你也能学会心肺复苏术

## 章节摘录

患了高血压以后，只要在医生指导下合理使用降压药，将血压控制在正常水平，一般不会有太大的危害。

在此基础上，可选择下列简易疗法配合使用。

(1) 步行运动疗法 在良好环境下散步或以常速步行15~30分钟，有助于降压及改善心血管和代谢功能。

(2) 按摩或自我按摩 按揉风池、太阳及耳穴，抹额及掐内关、神门、合谷、足三里，可助降压和消除症状。

(3) 食疗 1) 麻油拌菠菜芹菜：可治高血压病中有头晕、头痛、面赤、便秘、心烦的病人。鲜菠菜、鲜芹菜各250克，麻油、精盐、味精各适量。将芹菜洗净、去根、叶；菠菜洗净，同入沸水中烫2分钟，捞出，分别切段，加麻油、精盐、味精、拌匀。

佐餐食。

2) 荠菜煎蛋：可治高血压病中有眼花、视物模糊、水肿的病人。鲜荠菜120克，切段，同鸡蛋1~2个调匀，用食油适量于锅中煎熟，一次食用。

3) 葫芦壳饮：可治高血压病中有小便不利、水肿的病人。葫芦壳60克，冬瓜皮、西瓜皮各30克，水煎服插图：

编辑推荐

《农村常见病症简易疗法》怎样防病，怎样保健，怎样康复。

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>