第一图书网, tushu007.com

<<常见病家庭护理>>

图书基本信息

书名：<<常见病家庭护理>>

13位ISBN编号：9787122023858

10位ISBN编号：7122023850

出版时间：2008-7

出版时间：化学工业出版社

作者：魏南方 编

页数：247

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

第一图书网, tushu007.com

内容概要

本书主要介绍了常见病、多发病的家庭护理方法，包括用药指导、饮食调理、日常护理和康复锻炼以及意外伤害护理等方面内容，可以随时为读者解答在常见病家庭护理过程中遇到的难题和困扰。
本书内容丰富，通俗易懂，指导性、实用性较强，既可作为常见病患者家庭调养与护理的必备书，又可作为社区健康教育的宣读素材。

第一图书网, tushu007.com

<<常见病家庭护理>>

书籍目录

第一章　自我体征会观察　什么是体重指数？
怎样计算标准体重？
　人体的正常体温是多少？
　怎样测量体温？
　测量体温时应注意哪些问题？
　腋温测量不准确的原因有哪些？
　什么是发热？
怎样划分发热的程度？
　正常脉搏是多少？
　怎样测量脉搏？
　怎样数呼吸？
　正常血压是多少？
　怎样使用水银血压计测量血压？
　怎样使用臂式电子血压计测量血压？
　怎样使用腕式电子血压计测量血压？
　如何选购家用电子血压计？
　正常尿液是怎样的？
如何判断排尿异常？
　正常粪便是怎样的？
如何判断排便异常？
　头发的作用与特点是什么？
　怎样护理头发？
　皮肤的作用与特点是什么？
　怎样护理皮肤？
　口腔的作用与特点是什么？
　怎样护理口腔？
　什么是健康指甲？
　怎样护理指甲？
第二章　家里有药学会用　什么是处方药？
　什么是非处方药？
　怎样识别药品的生产批号、有效期和失效期？
　家庭中应常备哪些药品？
　家庭中的药品应怎样保管？
　家庭常用药物的给药途径有哪些？
　什么时间用药效果最好？
　怎样合理使用抗生素？
　为什么应该正确使用解热镇痛药？
　怎样合理使用润喉片？
　怎样正确滴用眼药水？
　皮肤病患者使用外用药时应注意哪些问题？
　如何进行坐浴护理？
　如何选择家庭处理伤口敷料？
　如何正确应用创可贴？
　癌症患者如何规范使用止痛药物？
　小儿常用的给药方法有哪些？

如何做到小儿基本用药安全？
怎样煎中药？
煎服中药的禁忌是什么？
服用中药应注意什么？
服中药后应注意什么？
第三章　缓解病症有妙招第四章　食物是最好的医药第五章　常见疾病巧护理第六章　特殊人群常见病护理第七章　意外伤害护理第八章　术后康复和护理

章节摘录

第一章 自我体征会观察　　什么是体重指数？
怎样计算标准体重？
体重指数是通过计算人体身高与体重之间的比值大小来判断是否发生肥胖的一种方法。
测量人体体重指数的方法有许多种，使用比较多的体重指数测量法是QUETELET指数法，亦称体重质量指数，简称体重指数（body mass index，BMI）。
人有胖瘦之分，体重过轻则为瘦，过重则为胖，衡量胖瘦的标准参照值，称为标准体重。
较普遍采用的计算方法有两种，一种是：（成年）标准体重（千克）＝〔身高（厘米）－1003×0.9；另一种是：男性标准体重（千克）＝身高（厘米）－105；女性标准体重（千克）＝身高（厘米）－100。
以上两种计算方法，基本已被广泛采用。
另外，最近还推出一种计算中国人理想体重的方法：北方人理想体重＝〔身高（厘米）－1503×0.6+50（千克）；南方人理想体重＝〔身高（厘米）－1503×0.6+48（千克）。
这一计算方法，比较适合南北地区中国人。
儿童标准体重的计算，简便的方法是：1～6个月的标准体重（千克）＝〔出生体重（千克）+月龄〕×0.6；7～12个月的标准体重（千克）＝〔出生体重（千克）+月龄〕×0.5；1岁以上的标准体重（千克）＝（8+年龄）×2。
但是，由于人的体重与许多因素有关，不同人体之间有差异，一天不同的时间内也会有一定变化，加之所处地理位置（如地心引力的原因）、季节、气候、自身情况的不同，对体重也有一定影响，因而很难完全符合标准体重。
也就是说，难以用一个恒定值来表示，而应当是一个数值范围，我们把这个数值范围称之为正常值，一般在标准体重±10%以内的范围。
超过这一范围，就可称为异常体重。
人体的正常体温是多少？
人体的温度称体温，测量体温一般常用3个部位，即口腔、腋窝及肛门。
人体的正常体温：在肛门处测量的温度（肛温）为36.5～37.5℃；在口腔处测4量的温度（口温）为36.2～37.3℃；在腋窝处测量的温度（腋温）为35.9～37.2℃。

编辑推荐

《城乡健康促进丛书》是由中国疾病预防控制中心健康教育所组织国内健康教育专家编写的，是所有关心健康的读者必备的参考读物，也是城乡健康教育工作者开展工作的指导用书。

第一图书网, tushu007.com

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