

<<家庭护理咨询>>

图书基本信息

书名：<<家庭护理咨询>>

13位ISBN编号：9787503837609

10位ISBN编号：7503837608

出版时间：2004-5

出版时间：中国林业出版社

作者：李芸 编

页数：308

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>

<<家庭护理咨询>>

内容概要

医学是随着社会的发展而发展，特别是随着社会经济的发展、生活水平的提高，人们在讲究生活质量的同时，对身体健康的重视程序和要求亦在不断提高。

由于文化水平的提高和科学知识的普及，人们已不满足于大病小病、急性病或慢性病，都要去医院的传统医疗模式，迫切希望增加一些医学科普知识，掌握一些常见病、慢性病和功能障碍疾患的预防、治疗、护理、康复方法，选择一些适合家用的医疗仪器，在家中进行简单的药物治疗、理疗及康复锻炼；希望能掌握自我保健、增强体质的简便方法。

如今，随着理疗、保健仪器进入千家万户，家庭护理已经成为医学的一个组成部分。

鉴于广大读者的要求，我们组织一些专家、学者，在最短的时间内赶编了些书，相信此书出版后会为希望得到家庭医疗护理知识的读者带来一些帮助。

书籍目录

前言第一章 家庭卫生保健常识 1. 健脑养生的方法有哪些 2. 为什么冬季锻炼不宜在早晨 3. 为什么提倡清晨锻炼前先饮水 4. 为什么说家庭和睦有益健康 5. 生活中的健身方法有哪些 6. 为什么开灯睡觉有害 7. 为什么睡觉不宜扬起两臂 8. 为什么睡觉时间不宜过长 9. 为什么说夏季午睡好处多 10. 什么样的床适合睡眠 11. 睡觉前应注意什么 12. 为什么开窗睡觉有益健康 13. 防治失眠的方法有哪些 14. 冬天睡觉脚冷怎么办 15. 最宜的睡眠姿态有哪些 16. 冬季睡眠禁忌有哪些 17. 怎样抑制瞌睡 18. 为什么雨中散步有益健康 19. 哪些不良习惯有损形体美 20. 未满18周岁青年长高的方法有哪些 21. 测定肥胖的简易方法是什么 22. 减肥的方法有哪些 23. 肥胖人宜吃哪些蔬菜 24. 怎样才能有保护营养充足 25. 系统抗衰老的方法有哪些 26. 游泳有哪些禁忌 27. 哪些人不宜大笑 28. 病后应吃哪些水果 29. 病人吃水果有哪些禁忌 30. 病后休息多少天可恢复锻炼 31. 可降低胆固醇的食物有哪些 32. 为什么糖尿病病人不宜吃西瓜 33. 为什么吃鱼可减少心脏病的发作 34. 低血压患者的食疗方有哪些 35. 为什么吃生鱼易患肝吸虫病 36. 学生考试时的最佳食物有哪些 37. 怎样用暖瓶塞治蚊子叮咬 38. 为什么常洗澡可防蚊咬 39. 洗澡水的最佳温度是多少 40. 为什么酒后不能立即入浴 41. 洗脸有哪些学问 42. 怎样按摩脸部可醒脑提神 43. 为什么化妆可以消除疲劳 44. 哪些人不宜做双眼皮手术 45. 为什么不宜用洗衣粉洗头发 46. 为什么每天洗头可防秃顶 47. 为什么牙刷要每月更换.....第二章 家庭护理小药箱第三章 家庭护理一般常识第四章 一般疾病的家庭预防第五章 老年五官科疾病的家庭护理第六章 老年内科疾病的家庭护理第七章 老年外科疾病的家庭护理参考文献

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>