

<<0~18岁孩子脊骨成长必读>>

图书基本信息

书名：<<0~18岁孩子脊骨成长必读>>

13位ISBN编号：9787504360625

10位ISBN编号：7504360627

出版时间：2010-1

出版时间：中国广播电视出版社

作者：黄薇

页数：200

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>

<<0~18岁孩子脊骨成长必读>>

前言

你是否发现：宝宝刚出生不久，就经常无缘无故哭闹不停？

无论拿什么美味进行诱惑，宝贝就是没有食欲？

孩子上学还没多久，就开始多动、厌学、不听课？

孩子根本不用功，但不知不觉竟成了“小四眼”？

孩子经常一觉醒来就毫无理由地变成了“小歪脖”？

无论你怎么督促，孩子就是“站无站相，坐无坐相”？

勤奋好学的好学生，金榜题名时却变成了“小罗锅”？

也许你很困惑，为什么孩子会有那么多“无缘无故”的异常；也许你不解，为什么给孩子“对症治疗”那么久，却一点儿都不起作用；也许你很茫然，明知道孩子病了，却束手无策。

其实，这都是因为你没有找到那些病患的根源。

下面，请跟随我们一起到孩子们正在生长发育的脊骨上来找答案吧！

关于脊骨，几乎所有人都知道它正常时有四个生理弯曲，但大部分人都错误地以为这四个弯曲是我们从娘胎里直接带出来的。

<<0~18岁孩子脊骨成长必读>>

内容概要

宝宝刚出生不久，就经常无缘无故哭闹不停？

无论拿什么美味进行诱惑，宝宝就是没有食欲？

不知从什么时候开始，孩子突然成了“小结巴”？

孩子上学还没多久，就开始多动、厌学、不听课？

孩子根本不用功，但不知不觉竟成了“小四眼”？

孩子头痛或气喘，怎么“对症”治疗都毫无成效？

孩子经常一觉醒来就毫无理由地变成了“小歪脖”？

孩子“虎背熊腰”，看似很健壮，身体却弱得不得了？

无论您怎么督促，孩子就是“站无站样，坐无坐样”？

勤奋好学的好学生，金榜题名时却变成了“小罗锅”？

烦恼不如行动！拿起这本书，它将带您科学地去认识脊骨；它将告诉您孩子病患发生前的各种征兆；它将告诉您如何摆脱危害孩子成长发育的错误观念；它将告诉您如何根据孩子各发育阶段的特征来全面进行呵护；它将告诉您如何从推拿按摩、美味食疗、科学运动、日常注意、疾患自测、脊椎及相关疾患的防治与护理、意外事故急救等方面，从骨子里打造出健康的孩子。

<<0~18岁孩子脊骨成长必读>>

书籍目录

第1章 养护孩子的首要任务是让脊骨之树长青 全国数千万孩子挣扎在脊椎病的苦痛中 影响孩子一生命运的“元凶”——脊柱畸形 养脊骨，从认识孩子的骨骼系统开始 脊柱就是孩子生命大树常青之源 掌控生命的司令官和信使：脊髓与神经 损一骨，动全身：脊骨疾患惹百病 不良生活习惯是孩子脊椎病的发源地 爱孩子，就为他种一颗长寿的种子 护养脊骨，先下手为强第2章 预知孩子脊骨病痛的“来电显示”——让孩子不受脊骨疾病侵扰的70大必读智慧 宝宝哭个不停，很可能是颈椎在作怪 小宝宝气喘吁吁，快到脊椎找病根 孩子睡眠不好，就去找脊椎 孩子头痛、头晕就该治头吗 为什么孩子会“无缘无故”近视 脊骨“玩忽职守”，孩子怎能不好动、厌学 孩子脊骨不好，走路也会跌倒 孩子为什么没胃口、不爱吃饭 孩子口吃也是颈椎错位的一种信号 站无站相、坐无坐相，孩子脊椎有问题第3章 错误观念害了谁——绕开10大致命暗礁，做孩子最好的守护神 小宝宝，每天都要抱一抱 使用“尿不湿”，大人方便宝宝也方便 孩子走路越早越好 孩子坐得越直越好 孩子骨骼越动越灵活 背单肩书包上学堂，休闲又时尚 骨骼受伤属硬伤，和心情没关系 孩子补钙，多多益善 多吃维生素D就能补钙 健骨 没有症状的脊柱侧弯不需要矫正第4章 0~18岁，孩子脊柱发育与保健秘籍 打造健康宝贝第一步：认清孩子脊柱发育 准妈妈对宝宝脊骨有先天决定作用 0~6岁婴幼儿的健康发育：无忧无虑，长得飞快 6~12岁儿童的健康发育：体格骨骼两手抓，成长与学习两不误 12~18岁青少年的健康发育：生理心理都关注，青春快乐无痛苦 健康水晶球：测测你的宝贝脊椎是否健康第5章 父母是孩子最好的按摩师 按摩就是营养液，滋养宝宝像种子一样萌发 硬朗做人：小儿佝偻病的神奇经络按摩法 “小树”天天笔直向上：孩子脊柱侧弯的推拿手法 多穴齐取巧推拿，让孩子脱离颈椎综合征苦海 “小歪脖”到快乐宝宝的轻松蜕变：小儿斜颈的经络疗法 还孩子阳光童年：经络中的小儿脑瘫疗法第6章 孩子脊背自有大药第7章 健康脊骨吃出来——最神奇的14种健骨强身营养方案第8章 脊骨疾病，药补有方——根治孩子脊骨疾病的10人仙药方第9章 这样运动最健骨——让孩子一生强健的4个动养脊骨秘方第10章 习惯决定健康——7个好习惯打造孩子脊骨成长的优质土壤第11章 三分预防，七分养——11种孩子脊骨疾病诊疗方第12章 孩子遭遇意外事故，父母必知9个怎么办附录：脊骨小百科

<<0~18岁孩子脊骨成长必读>>

章节摘录

插图：第1章 养护孩子的首要任务是让脊骨之树长青全国数千万孩子挣扎在脊椎病的苦痛中如果让各位爸爸妈妈猜：“目前严重威胁孩子健康与成长的疾患是什么？”

相信很少有人会猜脊椎病，然而这却是事实。

前不久，北京凯诺脊椎健康研究中心院长赵涌先生，在接受39健康网的专访时指出：我们和国外发达国家对脊椎健康观念的差距至少在60年以上；我们对脊椎健康忽视最严重的后果就是使我们的孩子将来充满痛苦。

全国有5300.8万青少年遭受脊椎疾病的困扰据中国儿童活动中心的统计数据与国家统计局2006年2月28日发布的《中华人民共和国2005年国民经济和社会发展统计公报》，我国已有5300.8万青少年患有包括脊椎侧弯在内的各种脊椎疾病！

这个触目惊心的数字，相信会令无数父母瞠目结舌。

在很多人的观念中，“脊椎病”对儿童来说是那么的陌生，他们怎么也想不到，颈、肩、腰、腿痛竟然能与儿童幼稚的脊椎联系起来。

其实，很多脊椎病在儿童时期就已存在。

我们常听到大人在夸奖孩子跳舞或运动时说：“瞧，这孩子柔韧性多好啊！”

没错，柔韧性是正在发育着的孩子身体的一大特点，不过，也正是这种柔韧使孩子在脊柱出现问题时往往会暂时没什么感觉，造成潜在的病情不被觉察。

但是，当孩子成长到15岁左右，这种病就开始逐渐显现症状；待到孩子25岁以后，脊椎病便成为长期困扰他们生活的绊脚石，也可能成为其升学（尤其是军校）和工作的终生遗憾。

后记

一本著作的完成需要许多人的默默奉献，闪耀的是集体的智慧。

其中铭刻着许多艰辛的付出，凝结着许多辛勤的劳动和汗水。

本书在策划和写作过程中，得到了许多同行的关怀与帮助，及许多老师的大力支持，在此向他们致以诚挚的谢意：王杰、杨艳丽、姚晓维、许长荣、李良婷、史慧莉、黄亚男、曹博、上官紫微、孙亚兰、王艳、李娜、聂小晴、李颜垒、王鹏、闫晗、杨青、朱夏楠、李倩、李伟楠、杨英、武敬敏、杜慧、杨秉慧、王艳明、李静、李猛、于海英、蔡亚兰、廖春红、焦亮、黄薇、孙成丽、赵广娜、赵一、赵红瑾、魏清素、李文静、李佳、罗语、张晓静、李彦岐、慈艳丽、张艳芬、周珊、何瑞欣、常娟、陈艳、刘永水、曹徐学、齐艳杰、齐红霞、曾桃园、李伟军、李惠、梁素娟、毛定娟、陈润、黄梦溪、刘艳军、张云超、张保文、肖冬梅、陈赐贵、张琦、李爱莲、雒逸云、黄晓林、淡佳庆、李亚莉、欧俊、付欣欣、闫瑞娟、曹慧利、陈小婵、黄文平、范小北。

阅读是一种享受，写作这样一本书的过程更是一种享受。

在享受之余，我们心中也充满了感恩。

因为在写作过程中，我们不仅得到同行的帮助，还借鉴了其他人智慧的精华。

相信你们劳动的价值不会磨灭，因为它给读者朋友们带来了宝贵的精神财富。

<<0~18岁孩子脊骨成长必读>>

编辑推荐

《0-18岁孩子脊骨成长必读》：从骨子里全面打造健康孩子的首选宝典从根本上奠定孩子成长基石的第一方案准孕妇、婴幼儿父母、青少年父母心读之作脊椎决定孩子的生命与健康，很多成人的颈椎病、腰椎病等脊骨病患都是源于小时候的生产创伤、姿势不良或体态欠佳等。

为此，《0-18岁孩子脊骨成长必读》将为您奉上：从日常保健到小儿佝偻病等7大最佳按摩方案；推拿脊背治疗孩子8种常见病的经典手法；最神奇的15种健骨强身营养方案；让孩子一生强健的7个动养脊骨秘方；打造孩子脊骨健康成长的7个好习惯；11种孩子脊骨疾病的科学诊疗方案；孩子遭遇意外事故，父母必知的9个怎么办；孩子脊骨健康的各类注意事项及发育指标。

孩子不仅要成长，更要健康成长，脊骨健康就是这一切的基石！

此书将指引您如何去奠定并雕琢这块孩子健康成长的基石。

<<0~18岁孩子脊骨成长必读>>

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>