

<<大学生健康知识教育>>

图书基本信息

书名：<<大学生健康知识教育>>

13位ISBN编号：9787505897410

10位ISBN编号：7505897411

出版时间：2010-8

出版时间：经济科学出版社

作者：卢文玉 编

页数：465

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>

<<大学生健康知识教育>>

内容概要

本书着重于系统地介绍当代健康的概念、健康教育的意义、目的和任务,以及健康相关行为、健康的人际关系、健康的标准、心理健康的概念、受挫折后的心理应激调适、心理生理障碍性疾病的诊断和临床表现及自我调治、珍惜生命远离毒品、吸烟饮酒对健康的危害、营养要素与饮食营养、常见维生素缺乏症、青春期生理心理特征与变化。

此外,还较系统地介绍了常见病的症状、病因和诊断,传染病的病因、诊断治疗和预防措施。常见各科疾病的诊断要点和预防、急救医学知识、献血常识、预防免疫知识的内容。

<<大学生健康知识教育>>

书籍目录

第一章 健康知识概念 第一节 当代健康的概念 第二节 健康教育概念 第三节 健康教育的意义 第四节 健康教育的目的和任务第二章 心理健康的基本概念 第一节 健康心理的意义 第二节 心理健康的标准 第三节 心理健康的内容和重要性 第四节 心理健康的促进措施和方法 第五节 心理健康与社会适应 第六节 心理健康与人际关系 第七节 心理健康的维护 第八节 心理异常的判别标准 第九节 心理异常的类别 第十节 心理异常的因素第三章 心理健康与相关行为知识 第一节 行为的概念 第二节 行为的分类 第三节 行为的发展与适应 第四节 行为与健康的关系 第五节 健康相关行为第四章 心理咨询概述 第一节 心理咨询的定义 第二节 心理咨询的方式 第三节 心理咨询的对象和范围第五章 心理治疗概述 第一节 认知疗法 第二节 森田疗法 第三节 人本主义疗法 第四节 催眠暗示疗法 第五节 精神分析疗法 第六节 行为主义疗法 第七节 音乐疗法 第八节 情感转移疗法 第九节 个性调整疗法 第十节 张弛训练和放松疗法第六章 心理生理障碍性疾病的诊断治疗 第一节 神经性厌食症 第二节 神经性贪食症 第三节 神经性呕吐 第四节 失眠症 第五节 嗜睡症 第六节 睡行症第七章 神经症病因诊断和治疗 第一节 恐怖性神经症 第二节 焦虑性神经症 第三节 强迫性神经症 第四节 抑郁性神经症 第五节 癔症 第六节 疑病性神经症 第七节 神经衰弱第八章 人格障碍的特征及自我治疗 第一节 偏执型人格障碍 第二节 分裂型人格障碍 第三节 表演型人格障碍 第四节 强迫型人格障碍 第五节 依赖型人格障碍 第六节 回避型人格障碍 第七节 反社会型人格障碍 第八节 攻击型人格障碍第九章 性心理障碍的诊断治疗 第一节 露阴癖 第二节 窥阴癖 第三节 恋物癖 第四节 易性癖 第五节 摩擦淫癖 第六节 同性恋第十章 常见精神性疾病的诊断治疗 第一节 精神分裂症 第二节 情感性精神障碍 第三节 偏执性精神障碍第十一章 青春期心理保健 第一节 性心理 第二节 性观念 第三节 男女性别的心理差异 第四节 性欲与性爱心理 第五节 性心理的调整 第六节 自卑心理 第七节 嫉妒心理 第八节 孤独心理 第九节 依赖心理 第十节 虚荣心理 第十一节 酗酒 第十二节 珍惜生命, 远离毒品第十二章 吸烟与健康 第一节 我国烟草使用概况 第二节 烟草的有害成分 第三节 烟草的危害性第十三章 营养要素与饮食营养 第一节 营养要素概述 第二节 营养要素及其作用 第三节 蔬菜营养成分第十四章 维生素缺乏症 第一节 维生素A缺乏症 第二节 核黄素缺乏症 第三节 烟酸缺乏症第十五章 青春期生理心理特征及其变化 第一节 青春期概说 第二节 青春期的生理变化 第三节 青春期的心理变化 第四节 第一性征的标志 第五节 第二性征的标志 第六节 第三性征的标志 第七节 青春期的变化与激素作用 第八节 男性生殖器解剖特点 第九节 男性生殖器的卫生与保健 第十节 何谓遗精 第十一节 如何自我调适频繁遗精 第十二节 女性生殖器解剖特点 第十三节 女性外生殖器的卫生与保健 第十四节 正常月经周期 第十五节 月经与排卵 第十六节 月经期间身体变化与保健 第十七节 闭经与闭经的原因 第十八节 月经过多及其对身体的影响 第十九节 痛经与神经的原因 第二十节 月经来潮为什么情绪烦躁 第二十一节 青春期面部痤疮的防治第十六章 常见症状的病因和诊断 第一节 发热 第二节 头痛 第三节 咳嗽和咯痰 第四节 胸痛 第五节 咯血 第六节 呕吐 第七节 腹痛 第八节 腹泻 第九节 腹胀 第十节 便秘 第十一节 血尿 第十二节 眩晕 第十三节 心悸 第十四节 贫血 第十五节 鼻衄第十七章 传染性疾病的诊断和治疗 第一节 传染性疾病的概念 第二节 甲型H1N1流感 第三节 流行性感冒 第四节 流行性腮腺炎 第五节 病毒性肝炎 第六节 细菌性痢疾 第七节 霍乱 第八节 肺结核病第十八章 内科疾病的诊断和治疗 第一节 急性气管、支气管炎 第二节 慢性支气管炎 第三节 支气管哮喘 第四节 病毒性心肌炎 第五节 高血压病 第六节 胃炎 第七节 消化性溃疡 第八节 肾盂肾炎 第九节 贫血 第十节 面神经炎 第十一节 美尼尔病第十九章 急救医学常识 第一节 心跳骤停的诊断 第二节 心脏复苏术 第三节 呼吸复苏术 第四节 淹溺第二十章 外科病的诊断和治疗 第一节 急性淋巴结炎 第二节 破伤风 第三节 急性阑尾炎 第四节 急性胆囊炎 第五节 肾结石 第六节 痔 第七节 烧伤 第八节 龟头包皮炎第二十一章 软组织损伤与脱位 第一节 挫伤 第二节 落枕 第三节 胸部扭挫伤(岔气) 第四节 急性腰扭伤 第五节 肘部扭挫伤 第六节 腕部扭挫伤 第七节 指间关节 扭挫伤 第八节 膝关节 韧带损伤 第九节 膝关节半月板损伤 第十节 踝关节 内、外翻扭伤 第十一节 肩关节脱位 第十二节 肘关节脱位第二十二章 性病及艾滋病的诊断和治疗 第一节 梅毒 第二节 淋病 第三节 非淋菌性尿道炎 第四节 尖锐湿疣 第五节 艾滋病第二十三章 皮肤病的诊断和治疗 第一节 单纯疱疹 第二节 带状疱疹 第三节 传染性软疣 第四节 扁平疣 第五节 毛囊炎 第六节 疖与疖病 第七节 丹毒 第八节 疥疮 第九节 荨麻疹 第十节 冻

<<大学生健康知识教育>>

疮第二十四章 妇科疾病的诊断和治疗 第一节 功能性子宫出血 第二节 闭经 第三节 痛经 第四节 经前期紧张综合征 第五节 外阴炎 第六节 滴虫性阴道炎 第七节 霉菌性阴道炎 第八节 盆腔炎第二十五章 五官口腔科疾病的诊断和治疗 第一节 沙眼 第二节 流行性出血性结膜炎 第三节 急性化脓性中耳炎 第四节 急性鼻炎 第五节 急性化脓性鼻窦炎 第六节 急性扁桃体炎 第七节 急性咽炎 第八节 龋病 第九节 智齿冠周炎第二十六章 无偿献血常识 第一节 无偿献血常识 第二节 正常人体血量 第三节 什么是成分血 主要参考文献

<<大学生健康知识教育>>

章节摘录

心理健康实际上并无异常与正常的明显界限，是一种连续的状态，仅存在着程序上的差异，在区别时应注意掌握以下原则：（1）心理健康标准是一发展的、文化的概念。

不同国家、同一国家的不同地区、同一地区的不同人群（如年龄、文化、职业、性别）需要有不同的心理测试常规。

（2）一个人是否心理健康与其是否有不健康的心理和行为并非完全相同。

前者侧重于人，后者侧重于事。

偶尔出现一些不健康的心理行为，并不意味着心理不健康。

心理健康与否是指在较长一段时间内持续存在的心理状态，而不是短暂的、偶尔的现象。

（3）心理健康状态并非静态的、固定的，而是动态的、变化的。

既可以从不健康转变为健康，亦可以从健康变为不健康，并非一成不变。

（4）测量心理健康标准的各要素，表现在个体身上并非等程度的，而是有差异的。

（5）心理健康各要素的有机整合，才能构成较完整的心理健康概念，心理不健康并非是心理处处不健康。

（6）心理健康标准反映社会对个体良好的适应社会生活所应有的心理状态的一般要求，而不是最高的心理境界。

因此，每一个人都存在着努力增进心理健康水平的任务。

心理健康的基本标准：1.具有正常智力智力正常是每个人正常生活最基本的心理条件，是心理健康的首要标准。

因为智力是人们观察力、注意力、想像力、思维力和实践活动能力等的综合。

<<大学生健康知识教育>>

编辑推荐

《大学生健康知识教育》由经济科学出版社出版。

<<大学生健康知识教育>>

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>