

<<家庭健康医疗实用大百科>>

图书基本信息

书名：<<家庭健康医疗实用大百科>>

13位ISBN编号：9787511302670

10位ISBN编号：751130267X

出版时间：2010-4

出版时间：中国华侨出版社

作者：《家庭健康医疗实用大百科》编委会 编

页数：527

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

由于我国医疗资源十分有限，医疗机构又普遍存在“以药养医”等种种弊端，上医院看病常常需要办理各种繁杂的手续，付出高昂的医疗费用，看病就医成了当前让老百姓最头疼的事儿。

因此，多数人也希望能在家中自助治疗一些疾病，而不用时时、事事都求助于医生。

自我治病防病，维护和促进身体的健康，这是完全可行的。

只需要掌握医学基本常识、基本的护理技能和急救技能，就能在日常生活中成为自己最好的家庭医生，有力地捍卫自己和家人的健康。

如果能做到对自身和家人的身体状况有较为清楚的了解，随时监测身体的各项指标，判断身体发出的各种警讯，就完全可以根据病情和经济情况选择合适的自疗妙方，从而免去了上医院求医的种种麻烦。

也有一些人对家庭自我保健和医疗抱怀疑态度，认为病了只能求助医生，事实上这是过度放大了医生的作用。

在治疗一些小病小痛方面，医生事实上并不比我们自己更高明。

医生的治疗的确能缩短病程，缓解症状，这让多数人认为完全是医生的功劳。

然而大家所不知道的一个真相是：许多疾病是可以通过身体自愈能力来治愈的，医生用药后反而会抑制身体本身的自愈能力，久而久之，人体会开始依赖医药。

最高明的医生是我们身体本身的自愈力，只需要我们自己去引导它发挥作用，就可以轻轻松松地恢复健康。

在治疗慢性病如糖尿病、高血压方面，由于这些疾病是当前医学界尚未攻克的难题，医生并不能真正治愈它。

因此，治疗过程中起着主体作用的仍是患者自己，患者只有长期坚持不懈地进行家庭治疗和护理，才能真正控制病情，提高生活质量，延长寿命。

而医生仅仅起着指导作用。

在预防疾病，积极地做好自我保健方面，这更是医生难以做到的。

只有自己根据自身体质和具体的生活环境，分析当前不良生活方式所带来的害处，积极地选择不生病的生活方式，并持之以恒地坚持下去，这才能真正达到防病的目的。

当前，健康的意义已不再是简单地被定义为“没有病的状态”，为了达到世界卫生组织所提出的现代人健康新标准，我们还需要缓解日益增加的压力，提高正在衰退的免疫力，增强自身活力，这些都需要自己来完成。

为帮助读者掌握最基本的医学常识和技能，指导日常生活中的家庭自我保健、治病防病。

我们组织了专业人士精心编写了这部《家庭健康医疗实用大百科》。

参与编写的有知名医院的一线专家，也有从事医学研究的医学博士，他们有着深厚的理论知识，丰富的临床经验，以及严谨的科学精神。

由于此类书通常被读者作为生活工具书使用，在内容的准确性和科学性方面，读者有很高的期望值，且治病防病，关乎健康和生命，容不得半点疏忽。

为此，我们的编撰人员秉着科学、严谨的编写原则，做了大量的资料收集工作，稿件编成后在许多问题上经过多方请教、讨论，力求反映最新最准确的医疗技术信息，并按国家卫生部颁布的最新药物目录删除了已经停用的药物，以确保读者的健康和安。

## <<家庭健康医疗实用大百科>>

### 内容概要

本书系医疗、保健等诸多领域专家学者共同编写而成，在综合国内外最新医疗研究成果的基础上，针对现代家庭的生活特点和实际需要，为读者提供了丰富而全面的医学常识，现代常见病、多发病的家庭治疗方案，保健、养生方法等。

旨在打造一部内容最新最全、权威科学、简明易懂的家庭健康医疗实用大百科，帮助读者在日常家庭生活中轻松防病治病，维护并促进自身和家人的身体健康。

书中共设有“健康检查篇”“常见病防治篇”“急救篇”“用药篇”“保健篇”“自然疗法篇”六大篇。

其中，“健康检查篇”介绍了各种自我检查的方法以及医院体检的基本常识，指导不同群体的读者在家采用自我检查方法判断自身健康状况，以积极预防疾病。

“常见病防治篇”不仅详尽介绍了各种家庭常见疾病的治疗方法，以及在家自诊自疗的具体方案，还提出了什么情况需要就医的建议。

“急救篇”用图文结合的方式介绍了各种危急情况下的急救措施和急救的基本常识，帮助读者轻松掌握各种急救技能。

“用药篇”介绍了用药的基本常识和各种常见疾病的常规药物治疗方案，指导读者对症下药。

“保健篇”介绍了人体各大系统和器官的正确保健方法，四时养生保健法，不同人群的保健法，排毒保健法，以及缓解压力、提高免疫力、增强活力的各种实用方法。

“自然疗法篇”介绍了“芳香疗法”“顺势疗法”“草药疗法”“物理疗法”“食物疗法”等5种神奇有效的自然疗法在家庭常见疾病中的具体运用方案，指导读者根据自身需要进行选择，轻松治愈疾病。

书籍目录

健康检查篇 第一章 健康检查基本知识 什么是健康检查 为什么要做健康检查 为什么要定期接受健康检查 什么人该做健康检查 该多久做一次健康检查 健康检查的原则 健康检查的类型 健康体检的场地和器材 体格检查的方法 体检前应做好哪些准备 去哪里体检最有保障 怎样选择适合自己的体检项目 影响健康检查质量的因素 正确解读健康检查结果 健康检查须知 走出健康检查的种种误区 注意健康警报 自我监测的目的和内容 自我保健的6个提示 健康标准的自我检测 24小时健康自测 用运动指标做免费体检 中老年自我体质快速检验法 老年人的自我检查 第二章 健康检查的项目 一般检查 眼科检查 口腔科检查 耳鼻喉科检查 儿科检查 内科检查 外科检查 妇科检查 皮肤科检查 神经科检查 普通X线检查 CT检查 核医学检查 B超检查 核磁共振检查 内窥镜检查 心电图检查 脑电图检查 血液常规检查 尿液常规检查 粪便常规检查 血糖检查 血脂检查 血沉检查 肾功能检查 尿酸检查 血清胆红素检查 血清蛋白检查 乙肝两对半检查 入托体检 招工入学体检 普通体检套餐 个性化体检套餐 常见病防治篇 急救篇 用药篇 保健篇 自然疗法篇

章节摘录

插图：健康检查篇第一章 健康检查基本知识什么是健康检查一般认为，健康检查是在身体尚无明显病症出现前对全身各重要器官做筛检，以准确诊断各种重要器官功能是否正常，同时排除一些可能对健康带来重大威胁的常见疾病。

疾病的种类成千上万，因此在去医院进行健康检查之前，应该先确定检查的目的，即究竟要检查哪些器官组织的功能是否正常，或究竟要检查哪种疾病是否存在。

只有这样，才不会浪费时间与金钱，达到检查的目的。

具体来说，一般的健康检查可以分为3大类。

人体器官的功能性检查肾脏检查、肝脏检查、肺功能检查、血脂检查、甲状腺功能检查、血液检查、尿液检查等。

人体器官的结构性检查大肠镜检查、核磁共振检查、X线检查、B超检查、胃镜检查、心电图检查，以及骨密度检查等。

生命征象检查对人的身体外观与整体进行检查，如身高、体重、血压、听力、视力、呼吸以及心跳等。

通过以上3大类检查，一般来说就可以鉴定受检者的健康状况，以及是否有潜在的疾病，从而早发现、早治疗，以降低忽然患重大疾病的概率。

## &lt;&lt;家庭健康医疗实用大百科&gt;&gt;

## 编辑推荐

《家庭健康医疗实用大百科(超值白金版)》是一部中国家庭必备的健康保健工具书。权威科学根据国内外最新的医疗成果和国家权威机构颁布的药物目录等，为读者提供了权威专业的防病、治病、保健方案，科学指导读者掌握最基本的医学常识和技能，捍卫自己和家人的健康。理念先进融合当前国际最新的健康理念，引入了传统中医养生理念和方法，并据此为读者提供各种保持机体健康、预防和治疗疾病的具体科学方法，轻松提高自身免疫力，增强活力，大大降低了发病率，也减少了医药的毒副作用。

内容全面详尽介绍健康检查、常见病防治、急救、用药、保健、自然疗法等方面的常识和方法、技能，倾力打造适合中国家庭使用的最全面的健康医疗百科全书。

一书在手，健康无忧，帮助读者解决家庭所有的健康问题。

好学易懂《家庭健康医疗实用大百科(超值白金版)》适合广大百姓自学自用，无论有无医学基础，均能一学就会。

针对家庭常见疾病，详细介绍了西医诊疗方法，指导读者在家根据症状自诊自疗，并强调了各种安全治疗原则。

此外，还介绍了芳香疗法、物理疗法等自然疗法在常见疾病中的具体运用，治疗方案极具操作性且疗效显著。

体例简明采用百科全：挡式的简明体例，将近百万字海量的知识信息解构成6大篇，30章，层次清晰，便于查阅。

此外，为帮助读者迅速掌握相关的方法、技能，书中还配备了直观的操作步骤图。

终生指南这部家庭健康医疗百科全书，既是随叫随到的私人医生，书中介绍的医疗、健康等方面的常识、方法、技能，可随时帮助读者解决问题。

也是值得相伴终生的健康顾问，书中针对不同人生阶段介绍了不同的保健养生方法，以及不同年龄段多发病的防治方案，可帮读者在不同人生阶段解决不同的健康问题。

- 内容全面· 权威科学· 好学易懂· 终生指南《家庭健康医疗实用大百科(超值白金版)》详尽介绍医疗、养生、保健等领域常识、方法、技巧的大全集。
- 综合国内外最新医疗研究成果· 介绍国内外最先进的健康理念· 经验丰富的专家学者共同编写· 结合现代中国家庭的实际需要· 详尽介绍医学常识和医疗技能· 科学指导家庭自诊自疗和保健· 健康自检方法和常规体检知识· 急救基本知识和各种急救技能· 根据卫生部最新文件指导用药· 家庭常见疾病的自然疗法方案· 现代常见病、多发病的自助治疗方案· 传统中医养生智慧· 解压、排毒、促进健康完美计划

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>