

<<非常健康6+1>>

图书基本信息

书名：<<非常健康6+1>>

13位ISBN编号：9787534556784

10位ISBN编号：7534556783

出版时间：2008-1

出版时间：江苏科技

作者：陈干生

页数：162

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>

## <<非常健康6+1>>

### 内容概要

《非常健康6+1》系列科普丛书由离退休的老专家、老教授和部分在职专家编写。这套书的特色是“6+1”，即书名确定后，必须按照： 诊断和治疗； 家庭护理； 饮食调理； 心理治疗； 运动疗法； 并发症及其治疗； 预防举措撰写。  
+1即每部分每段都要有《专家提醒》。  
全书图文并茂，特色突出，融科学性、新颖性、先进性、实用性、可读性于一体。成为一看就懂，一学就会，一用就灵的爱不释手的大众读物。  
本书为系列丛书之一。

## &lt;&lt;非常健康6+1&gt;&gt;

## 书籍目录

- 第一部分 超乎寻常的“动”是毛病，治疗要正规 一、从“靛靛多动”说起 (一) 多动和多动症快速鉴别法 (二) 儿童多动症普查量表 (三) 几种可出现多动症症状的疾病
- 二、多动症的治疗 (一) 西医治疗多动症 (二) 中医治疗多动症 三、细说抽动症 (一) 抽动症及其四大特点 (二) 为什么会得抽动症 (三) 早诊断、早治疗对于抽动症很重要 (四) 吃好、睡好是抽动症治好的基础 (五) 抽动症的药物治疗 五、多动症、抽动症兼而有之。
- 该怎样治 六、“是药三分毒”，药物治疗的副作用 (一) 小明服用的不是聪明药 (二) 药物的副作用 七、重要的心理、行为治疗知多少 (一) 心理支持 (二) 行为矫正 (三) 环境改进 第二部分 多动症、抽动症儿童的日常生活 一、家长、病儿好心态须知 (一) 防止“破罐子破摔”的心态 (二) 病儿要“知己知彼”，加强自我约束 (三) 正确认识疾病对孩子学习的影响 (四) 多动症缘何偏“爱”男孩 (五) 困扰多动症的几种毛病 (六) 睡眠障碍、夜惊也是多动症的一个伴随症状 (七) 抽动症会出现的强迫障碍 二、学龄期病儿的学堂行 (一) 虎子能上幼儿园吗 (二) 小儿郎，上学堂 (三) 鼓励赛良药，坚持且耐心 (四) 关爱与谅解，真正护病儿 (五) 多动症病儿的“记忆力” (六) 多动症病儿的自我防卫措施 三、鼓励病儿积极参加体育活动并做好安全防护 第三部分 药食同源，把好病儿币斗学营养与配餐关 一、均衡营养，保健康 (一) 营养素有三大类 (二) 荤素搭配，营养之最 (三) 合理的膳食，就是科学的膳食 二、青少年时期的膳食应如何安排 (一) 合理的饮食安排：早吃好、午吃饱、晚吃少 (二) 随季节变换的膳食调配 三、膳食营养素的正确选择 (一) 儿童心理培养要注意饮食得当 (二) 奶类制品的选择：病儿喝点酸奶好 (三) 价廉物美的蛋类是病儿的有益选择 (四) 维生素的妙处有很多 (五) 膳食纤维——肠道的清洁卫士 (六) “健脑”核桃一说有根据 四、饮食好习惯，祛病于无形 (一) 水是最好的“药物” (二) 喜欢但不能爱的巧克力 (三) 吃零食的学问：适可而止 (四) 抽动症、多动症的儿童要远离三类食品 第四部分 家庭与学校对病儿的正确养护 一、培养孩子的好性格 (一) 孩子的认知与性格 (二) 孩子周围社会关系与性格 (三) 家庭环境是孩子性格形成的主要因素 (四) 父母态度与孩子性格倾向的关系 二、上学孩子的健康保健 (一) 学龄儿童的发育过程， (二) 健康保健三要点 (三) 青少年的发育和行为 (四) 良好的习惯加健康身体可减轻症状 三、提高孩子成绩应有法 (一) 与老师有效沟通孩子的病情 (二) 陪孩子做作业的利与弊 (三) 多动症孩子请家教须知 (四) 老师在课堂上如何对待多动症孩子 (五) 充分利用多动症的“动”，变不利为有利 第五部分 有效的保健与康复之道 一、有效的自我调控技术 (一) 自我调控技术及其意义 (二) 有效的几种自我调控 二、保健与康复一二三 (一) 游戏与保健 (二) 儿童心理治疗知多少 (三) 行为治疗具体操作 (四) 按规则办事。
- 治疗心中要有数 (五) 对“号”入座。
- 治疗方法多种多样 (六) 感觉统合训练有必要 (七) 认知训练——多动症非药物治疗方法之一 第六部分 促进康复，避免病情加重 一、多动症的严重不良后果 二、多动症的诱发因素 三、影响多动症儿童预后的因素 四、增强体质、预防疾病可减少多动症的发生 五、多动症、抽动症的几个疑问 (一) 多动症儿童的社会适应能力如何 (二) 多动症病儿长大能当驾驶员吗 (三) 抽动症的儿童都伴有行为问题吗 (四) 抽动症的儿童需要特殊教育吗 (五) 抽动症的儿童如何进行家庭教育 (六) 抽动症病儿到了青春期症状可以完全消失吗 (七) 多发性抽动症是一种终身性疾病吗 (八) 严重的抽动症能不能进行手术治疗，能否真的可以“一刀了之” (九) 国外，医生和父母如何对待多动症



编辑推荐

《远离儿童多动症（抽动症）》将用通俗的语言，科学、系统、全面的知识讲解，栩栩如生的插图及病例故事，让您知晓关于儿童多动症、抽动症疾病的常识并给出具体的生活中的指导。翻开这本小册子，就能让您“一册在手，家有病儿也无忧”。

<<非常健康6+1>>

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>