

<<高职院校健康教育教程>>

图书基本信息

书名：<<高职院校健康教育教程>>

13位ISBN编号：9787535943736

10位ISBN编号：753594373X

出版时间：2007-8

出版时间：广东科技出版社

作者：吴茂昶，陈文 主编

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>

<<高职院校健康教育教程>>

内容概要

《高职院校健康教育教程》内容简介：以人为本，用心经营健康，热爱生命，享受健康，健康 = 知识 + 意识 + 方法 + 行动。

<<高职院校健康教育教程>>

书籍目录

第一章 健康与亚健康 第一节 健康的概念 第二节 健康的内容 第三节 亚健康第二章 营养与健康 第一节 营养与人体健康的关系 第二节 能量的需要 第三节 营养素的需要 第四节 合理膳食 第五节 青年学生常见的不良饮食行为 第六节 肥胖问题第三章 运动与健康 第一节 运动对人体健康的影响 第二节 科学的运动锻炼 第三节 常见运动损伤及处理 第四节 健康体适能第四章 行为生活方式与健康 第一节 健康的生活方式与生活方式疾病 第二节 吸烟与戒烟 第三节 酒精的不合理使用或泛用 第四节 毒品与药物滥用 第五节 睡眠科学 第六节 网络健康第五章 心理与健康 第一节 心理健康的意义 第二节 高职大学生心理健康的维护 第三节 高职大学生的性心理健康第六章 性、性传播疾病及生殖健康 第一节 青春期的性生理 第二节 性传播疾病 第三节 生殖与生育控制第七章 常见疾病防治 第一节 常见症状的临床意义及处理 第二节 常见疾病的防治第八章 常见传染性疾病的防治 第一节 传染病与传染 第二节 传染病的流行 第三节 传染病的预防 第四节 常见传染病及预防处理第九章 常见意外伤害的处理 第一节 现场处理 第二节 常用急救方法 第三节 意外伤害的急救第十章 常用药物的介绍 第一节 药物的来源及作用 第二节 药物的剂型及给药的途径 第三节 国家基本药物与药品分类管理 第四节 常用药物简表

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>