

<<专家解答预防运动中骨与关节损伤>>

图书基本信息

书名：<<专家解答预防运动中骨与关节损伤>>

13位ISBN编号：9787543928381

10位ISBN编号：7543928388

出版时间：2006-4

出版时间：上海科文

作者：徐建强

页数：192

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>

## <<专家解答预防运动中骨与关节损伤>>

### 内容概要

《运动中预防骨与关节损伤》一书就大家所关心的有关人体在运动、锻炼身体，以及日常生活中可能受到的伤害，包括骨、关节，以及肌肉、肌腱韧带等的损伤。

本书以通俗易懂的科普方式，从中、西医两方面，向大家介绍了各种的运动损伤、动作不科学，以及运动损伤的预防、治疗等。

内容新颖、详尽，适合广大群众运动损伤和日常生活中动作损伤预防需求。

它不但可以作为一本系统性的书籍来阅读，还可以作为一本参考书，让人们在骨关节损伤防治中，以及有问题时能及时查阅。

同时，对临床医师也有一定的参考价值。

## 作者简介

徐建强，博士，副主任医师。

1990年毕业于上海第二医科大学医疗系(六年制)，在上海市伤骨科研究所、上海交通大学医学院附属瑞金医院骨科临床第一线工作15年。

有两年的援外工作经验。

具有丰富的损伤诊断及防治经验。

发表于核心杂志上论文10余篇，参与指导培养研究生数名。

曾先

<<专家解答预防运动中骨与关节损伤>>

书籍目录

第一部分 西医谈骨与关节损伤 骨与关节损伤概述 运动的必要性 运动后对骨与关节可能会有哪些危害 1. 急性损伤 2. 慢性损伤 常见运动的运动损伤 1. 田径运动损伤 2. 球类运动损伤 如何预防运动损伤 1. 运动损伤的常见原因 2. 避免运动损伤的原则和方法 损伤后怎么办 常见的运动损伤 骨的损伤 1. 骨折 2. 骨膜损伤——骨膜炎 关节的损伤 1. 何谓关节 2. 关节脱位 3. 关节内骨折 4. 韧带损伤 肌肉及肌腱损伤 1. 肌肉的结构 2. 肌肉的损伤 各部位的常见运动损伤 肩部损伤 1. 肩关节脱位 2. 肩袖损伤 3. 肱二头肌肌腱炎及断裂 4. 肩周炎 上臂损伤 1. 肩关节脱位 2. 网球肘 3. 高尔夫球肘 腕部损伤 1. 尺桡下关节脱位 2. 纤维三角软骨损伤 3. 桡骨茎突狭窄性腱鞘炎 4. 腕管综合征 手部损伤 1. 扳机指 2. 拇掌指关节韧带损伤 3. 锤状指..... 第二部分 中医谈骨与关节损伤 关节脱位概述 各部位关节脱位 伤筋概述 各部分的伤筋 附：你问我答

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>