

<<婚前检查与健康体检指南>>

图书基本信息

书名：<<婚前检查与健康体检指南>>

13位ISBN编号：9787802028029

10位ISBN编号：7802028027

出版时间：2008-10

出版时间：中国人口出版社

作者：陈志严 编

页数：133

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>

<<婚前检查与健康体检指南>>

内容概要

《婚前检查与健康体检指南》运用通俗易懂的语言，详细地阐述了婚检的意义及内容以及常规体检的注意事项。

旨在使人们懂得婚前检查不仅仅是人类优生优育的开端，也是人类繁荣、民族兴旺、国家强盛的基础。

婚前健康检查是给准备结婚的青年男女发放健康生育“通行证”，是实现健康婚姻和优生优育的保护屏障。

虽然国家已取消强制婚检，但实施婚检自有其益处，本书正是力图让准备结婚的男女双方将《新婚姻登记条例》中自愿婚检之规定，变为自觉婚检之行为。

本书之写作，曾得到阆中市人民医院领导及办公室、医务科等职能科室的大力支持以及本院妇产科主任、副主任医师王昌银先生和阆中市人大代表、副主任医师、科室副主任席会兰女士，内一科主任、内分泌专家李永春副主任医生等精心的指导，在此致以衷心感谢！

就笔者从事职业所在，限于水平有限、成书时间仓促，缺点和错误在所难免，敬希读者及同仁批评赐教！

并在这里祝广大读者家庭幸福、宝宝健康！

<<婚前检查与健康体检指南>>

作者简介

陈志严，1956年生于四川省阆中市，1980年毕业于四川省南充卫校检验专业，现任阆中市人民医院检验师。

曾先后在仪陇土门卫生院、仪陇县医院、阆中市人民医院从事临床检验工作。1982年在南充市中心医院进修病理学。

曾参与育龄妇女宫颈癌普查及学龄儿童健康状况调查工作，尤其是对妇女儿童的健康意识及健康现状感受颇深，正是为此书的创作打下基础。

自1982年至今，曾在《南方周末报》、《中外健康文摘》、《中华医学实践杂志》、《临床检验杂志》等报刊上发表学术论文、科普文章数十篇，近3万余字。

主研课题《血液流变学检查的临床应用》、《结核杆菌PCR检测的临床应用》等科研项目均获阆中市“科技进步三等奖。”

<<婚前检查与健康体检指南>>

书籍目录

第一章 婚检的目的和意义一、婚检有利于普及健康知识、传播科学生育观二、婚检时进行家族史调查，可避免遗传性疾病发生三、婚检时进行体格检查，有助于构建和谐夫妻性生活第二章 婚检内容一、健康咨询二、遗传性疾病调查三、体格检查四、化验检查第三章 常规健康体检概况一、体检的目的和意义二、体检前的注意事项三、体检中的注意事项四、怎样留取体检标本五、对体检结果的影响因素第四章 常规健康检查项目一、体格检查二、内科检查三、外科检查四、妇科检查五、脱落细胞检查六、电生理检查七、化验检查第五章 不同年龄和不同人群的体检内容一、新生儿筛查二、儿童健康体检三、青年人普通体检四、中老年人健康体检项目五、接触有毒、有害物质人群的体检项目后记

<<婚前检查与健康体检指南>>

章节摘录

各种家用电器、办公用品如移动电话等应尽量避免长时间操作。
如，电脑、电视需要较长时间使用时，应注意1小时离开1次，采用眺望远方或闭上眼睛方式，一来可以减少疲劳过度，二来可以减少辐射对身体健康损伤时间。
人体与电脑屏幕应保持一定距离操作，眼睛与屏幕的距离应在40厘米~50厘米；与电脑后侧和两侧的距离应不小于10厘米，每日净作业时间不超过5小时。
怀孕妇女前3个月内应避免从事计算机操作，3个月后应限制操作时间，每周不应超过15~20小时。
同时，电脑室的光线要适宜，不可过亮和过暗。
当电器暂停使用时，工作室要保持通风干爽，空气清新、温度适宜以及保持合适的阴离子浓度和臭氧浓度。
电脑的荧光屏上最好使用滤色镜，以减轻视疲劳。
另外，电脑操作人员应保持皮肤清洁。
电脑操作者应多吃些胡萝卜、白菜、豆芽、豆腐、红枣、橘子以及牛奶、鸡蛋、动物肝脏、瘦肉等食物，以补充体内维生素A和蛋白质。
同时，宜饮茶水，因为茶叶中的茶多酚等活性物质会有利于吸收与抵抗放射性物质。
最好不要让其处于待机状态，因为这样不仅浪费电能，更主要的是会产生微弱的电磁场，长时间也会产生辐射累积。
同时也要避开高压线、雷达站等。

.....

<<婚前检查与健康体检指南>>

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>