

新编实用家庭医书



[新编实用家庭医书_下载链接1](#)

著者:

出版者:辽宁人民出版社

出版时间:1993-04

装帧:平装

isbn:9787205020804

作者介绍:

目录: 目录

前言

生理卫生篇

一、计划生育

1. 药物避孕

(1) 短效口服避孕药

(2) 长效口服避孕药

(3) 长效避孕针

(4) 探亲避孕药

2. 宫内节育器

3. 绝育

(1) 输卵管结扎术

(2) 输卵管堵塞术

4. 人工流产

(1) 人工流产术

(2) 钳刮术

(3) 中期引产

5. 节育方法的选择

6. 孕期保健

二、婴幼儿时期

1. 新生儿类型及特点

2. 早产儿护理及喂养原则

(1) 早产儿护理

(2) 喂养原则

3. 新生儿护理

(1) 一般护理

(2) 日常护理

(3) 新生儿的几种特殊状态

4. 母乳喂养

(1) 母乳的优点

(2) 母乳喂养技术与管理

(3) 影响哺乳的情况及处理

5. 混合喂养

6. 人工喂养

(1) 牛奶

(2) 奶粉

(3) 豆代乳粉

(4) 羊奶及其他

(5) 人工喂养方法

7. 婴儿辅食的添加

(1) 添加辅食的步骤

(2) 添加辅食的原则

(3) 几种主要辅食的制法

8. 幼儿喂养

9. 婴幼儿心理发育

(1) 婴儿期的心理发育

(2) 幼儿期的心理发育

10. 预防接种

(1) 生物制品的种类

(2) 儿童计划接种程序及接种要点

- (3) 预防接种的反应
- (4) 预防接种的禁忌症

11. 婴幼儿体格锻炼

- (1) 婴儿体操
- (2) 幼儿三浴锻炼

三、学龄前后

1. 生理特点及保健

- (1) 骨骼、肌肉系统
- (2) 呼吸系统
- (3) 心血管系统

2. 心理发育和心理卫生

- (1) 心理发育
- (2) 心理卫生

3. 学习与记忆

- (1) 学习时大脑皮层机能活动的特点
- (2) 学习与记忆的过程
- (3) 学习中的疲劳表现

4. 体育锻炼卫生

- (1) 体育锻炼的基本原则

- (2) 医务监督

5. 视力不良与近视

- (1) 近视的病因
- (2) 单纯性近视的种类
- (3) 近视眼的防治

四、青春时期

1. 青春期的生理发育

- (1) 青春期的发动机理及内分泌变化
- (2) 青春期的形态发育
- (3) 青春期的功能发育
- (4) 性发育及其异常

2. 青春期的卫生保健

- (1) 月经不调及经期卫生
- (2) 遗精
- (3) 手淫
- (4) 吸烟与酗酒

3. 青春期心理卫生

- (1) 性发育引起的心理矛盾
- (2) 独立性和依附性的矛盾
- (3) 独立意向和认识能力的矛盾

五、老年阶段

1. 老年人身体特点

2. 更年期生理

3. 老年人常见的疾病及防治

- (1) 老年性高血压病
- (2) 冠心病
- (3) 老年慢性支气管炎、肺气肿、肺心病
- (4) 老年消化性溃疡

4. 老年人用药

医疗保健篇

一、人类的寿命和老化的特征

1. 人类的寿命

2. 人体的老化特征

二、中医学对防病健身的认识

- 1.中医学重视疾病的预防
- 2.中医养生的原理和原则

三、医疗体育

- 1.医疗体育的一般知识
 - (1) 医疗体育防病治病的基本理论
 - (2) 医疗体育的作用
 - (3) 最适合医疗体育治疗的疾病
- 2.常见慢性病的体育疗法
 - (1) 预防感冒
 - (2) 老年慢性气管炎
 - (3) 肺气肿
 - (4) 高血压病
 - (5) 动脉硬化
 - (6) 肥胖病
 - (7) 消化不良
 - (8) 偏瘫
 - (9) 肩关节周围炎
 - (10) 腰痛
- 3.医疗体育的方式方法
 - (1) 八段锦
 - (2) 十二段锦
 - (3) 气功
 - (4) 按摩
 - (5) 太极拳
- 4.医疗体育的注意事项
- 5.运动处方

四、饮食与健康

- 1.多吃以蔬菜为主的清淡饮食
- 2.蔬菜的合理加工烹调
- 3.常用的食疗原料
- 4.吃饭九忌
- 5.常吃油条害处多
- 6.吃什么有益于长寿
- 7.老年人的饮食原则
- 8.要长寿常吃豆
- 9.健康长寿莫忘水
- 10.酒与性功能
- 11.生男生女与丈夫的饮食有关
- 12.常吃蘑菇能强身防病
- 13.食洋葱能延年益寿
- 14.老年人饮食要“少盐多醋”
- 15.吃枸杞子能强肾防病
- 16.芝麻油药用价值大
- 17.辣椒的药用
- 18.海虾的营养及药用
- 19.胡萝卜能降底胆固醇
- 20.生姜可以治病
- 21.食用过多的油易衰老
- 22.能提高性功能的粥
- 23.白糖蒸大蒜治老年慢性气管炎
- 24.蜂蜜茶治咽炎
- 25.苹果能止泻
- 26.猪蹄骨熬水治顽固性皮肤瘙痒症
- 27.醋蛋可治脑血栓、动脉硬化

- 28.清晨一杯水有利于预防冠心病
- 29.冠心病患者不必绝对戒酒
- 30.能防治高血压病的食品
- 31.饮食疗法治疗婴儿腹泻
- 32.油煎鸡蛋治疗小儿支气管哮喘
- 33.佝偻病的饮食治疗
- 34.大枣治疗小儿神经性夜尿症
- 35.萝卜煮鸡蛋治咳嗽
- 36.慢性喉炎患者的饮食疗法
- 37.急性肾炎的饮食疗法
- 38.慢性肾炎的饮食疗法
- 39.糖尿病的饮食疗法
- 40.大蒜能抗胃癌
- 41.可美容的食品
- 42.食物敷面美容法
- 43.黑豆治青年白发
- 44.慢性鼻炎的饮食疗法
- 45.鸡睾丸可治阳痿病
- 46.老年糖尿病的饮食疗法
- 47.高血压病的饮食疗法
- 48.老年便秘的饮食疗法
- 49.老年人五更泻的饮食疗法
- 50.何首乌煮鸡蛋能抗衰老
- 51.催乳的饮食疗法
- 52.黄褐斑患者的饮食疗法
- 53.口含生大蒜治感冒
- 54.白胡椒热汤面治伤风感冒
- 55.葱白糯米粥治感冒
- 56.绿豆黄花菜汤治感冒
- 57.鸭蛋清治感冒咳嗽咽痛
- 58.红糖姜枣汤治伤风咳嗽
- 59.醋熏法预防流感

五、常见病症的有效验方

- 1.治头痛方
- 2.治哮喘方
- 3.治咳嗽方
- 4.治消化不良方
- 5.治胃痛方
- 6.治胃及十二指肠溃疡方
- 7.治泄泻方
- 8.治呕吐、呃逆方
- 9.治胃下垂方
- 10.治浮肿方
- 11.治盗汗、自汗方
- 12.治便秘方
- 13.治尿路感染方
- 14.治高血压方
- 15.治冠心病方
- 16.治紫癜方
- 17.治贫血方
- 18.治遗精方
- 19.治阳痿方
- 20.治血尿方
- 21.治痛经方

- 22.治闭经方
- 31.创伤
- 32.烧伤
- 33.冻伤
 - (1) 非冻结性冻伤
 - (2) 冻结性冻伤
- 34.急性尿潴留
- 35.药物过敏
 - (1) 药物过敏性休克
 - (2) 药物过敏性皮炎
- 附录1常用检验项目参考值
- 附录2：全国各地主要医院、急救站邮政编码及电话号码表
- • • • • ([收起](#))

[新编实用家庭医书_ 下载链接1](#)

标签

家庭医学

家庭医书

日常

评论

[新编实用家庭医书_ 下载链接1](#)

书评

[新编实用家庭医书_下载链接1](#)