

<<家庭疾病预防手册>>

图书基本信息

书名：<<家庭疾病预防手册>>

13位ISBN编号：9787122014948

10位ISBN编号：7122014940

出版时间：2008-1

出版时间：7-122

作者：《家庭健康坊》编委会 编

页数：177

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>

<<家庭疾病预防手册>>

内容概要

《家庭疾病预防手册》按春季、夏季、秋季、冬季4个专题论述，分别介绍了四季预防各种疾病和祛病养生的原则。

愿广大读者能顺应四季交替，适应四季阴阳变化，在人生的康庄大道上一路平安。

保持身体健康、延缓衰老、延年益寿，是保健医学所要达到的根本目的。

疾病使人们受到病魔的困扰，导致生命质量下降和早衰减寿，因此，对疾病的防治是养生学的一个重要组成部分。

一年四季的气温不同，人体生理机能亦随之变化。

根据季节变化的特点，我们应针对每个人的身体健康状况做好相应的防病措施，以实现健康保健和延年益寿的目的。

<<家庭疾病预防手册>>

书籍目录

春季春季防病原则春季防病毒性肝炎春防蚕豆病春天要防老伤复发春暖花开防流脑春季防感冒春季防
风湿花开时节哮喘多春季要防百日咳春季防麻疹春防流行性腮腺炎菜花黄，痄子忙结石患者怎样安度
春天溃疡患者要当心春天复发春防猩红热春暖花开防水痘春防花粉过敏春季防风疹春天需防结膜炎春
防桃花癣春天要防手足搐搦症春天好发的皮肤病荨麻疹粉刺神经性皮炎蔬菜日光性皮炎湿疹高血压患
者怎样安度春天合理用药饮食调摄生活安排保持稳定的情绪适当锻炼提高生活质量安排好工作夏季夏
季防病原则夏日炎炎防中暑毒蛇咬伤怎么办夏防细菌性痢疾细菌性食物中毒盛夏时节话防痱夏日防痲
秋季冬季

<<家庭疾病预防手册>>

章节摘录

春季 春季防病原则 春回大地，天气渐暖，百病易复发。

春天是冬季和夏季的过渡季节，冷暖气团的交替活动频繁，天气特点为时而冬冷型、时而夏热型，容易形成“倒春寒”。

人体对春季风向多变、阴阳交错的气候特点适应性较差，容易产生精神疲乏或诱发疾病。

据研究，风速超过每秒6米便会令人感到烦恼，人的情绪失调。

春季气候干燥，风沙大，还容易产生超低频的次声波，对人体的中枢神经产生破坏作用。

因此，春天的交通事故、犯罪行为、精神病患者、自杀率增多。

春天不仅是许多慢性病如冠心病、胃溃疡、偏头痛的好发时节，许多威胁人体健康的传染病也多发生在春季，如流行性感、流行性腮腺炎、猩红热、肝炎、麻疹、白喉、流脑等，此时要做好空气消毒工作。

肝病、哮喘病因天气转暖、气温变化大，也易复发，此时应注意保护身体，防止着凉。

精神病患者在天气乍暖、光照增加下容易激动，这就常常导致精神病再度发作，此时应尽量地避免语言刺激。

春天的柳絮、花粉飞扬千里，使人容易发生各种过敏反应。

气候干燥时应注意多吃蔬菜，以免造成维生素缺乏。

结核病患者要坚持服药，加强营养，防止咯血。

心肺异常患者要注意预防感染，防止猝死。

中医认为，初春，天气由寒转暖，温热邪毒开始活动，致病的微生物细菌、病毒等也随春暖而长繁殖。

因而风温、春瘟、温毒、瘟疫等，包括现代医学所说的流行性感、肺炎、麻疹、流行性脑膜炎等传染病多有发生或流行。

<<家庭疾病预防手册>>

编辑推荐

《家庭疾病预防手册》融古今中外知识精华于一体，具有较高的科学性、实用性和可读性，适于广大读者阅读。

<<家庭疾病预防手册>>

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>