

<<青少年健康手册>>

图书基本信息

## <<青少年健康手册>>

### 内容概要

由于《青少年健康手册》一书的出版，为人父母者终于有了一卷单独的书可以帮助他们顺利应对青少年时期让人感到困窘的变化。

拉尔夫·洛佩兹，青少年医学领域的一位开拓性人物，以他的热情，亲近和对困难主题充满洞见与坚定的应答，受到了父母们和十几岁的孩子们共同的尊敬。

在《青少年健康手册》中，他为读者提供了以30年从业经验日积月累起来的知识和智慧，以一种清晰坦诚的方式提供了健康和医学方面有关的资料 and 知识。

同时属意于生理方面和情感方面的有关问题，这本指南书对青春期出现的问题进行了全方位的讨论，从性发育到饮食紊乱，从粉刺到酒精的药物使用。

十几岁青少年的父母需要言传手教的知识以应对他们面临的广泛问题：

你的女儿决定她不再需要吃早餐了。  
这时候需要为她出现了饮食紊乱着急吗？  
对十几岁年龄阶段的孩子，好的营养的构成是什么？

你的孩子仿佛一晚上长高了数英寸。  
一个十几岁的孩子会长得太快吗？  
或者说，当一个14岁的男孩抱怨他比他同年级的男孩和女孩都长得矮很多时，你对他怎么讲呢？

如果你的孩子真的受到压抑或只是感到阴郁，你能告诉他什么呢？

你认为你了解所有的药物，但是现在你听到关于维生素K的说法。  
这些日子孩子们在用什么药呢？  
你怎样与你十几岁的孩子讨论药物使用？

《青少年健康手册》关注所有这些以及其他更多的问题。  
关于运动的完整一章包含了如何使你的孩子保持积极活跃和什么安全装备最适合运动员的知识。  
在别的章节中，洛佩兹博士评价了对付折磨青少年的皮肤问题现在可用的众多处理方法。  
他知道十几岁的孩子们经历着情感的高低起落，他帮助父母们懂的参考部分详细介绍了十几岁的孩子常见和不那么常见的身体疾患。

《青少年健康手册》对十几岁孩子的父母们来说，将是新的健康圣经。

<<青少年健康手册>>

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>