

图书基本信息

书名：<<家庭医生/家庭保健报二十年精华系列丛书>>

13位ISBN编号：9787531723905

10位ISBN编号：7531723905

出版时间：2009-7

出版时间：徐彤 北方文艺出版社 (2009-07出版)

作者：徐彤

页数：150

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>

内容概要

《家庭保健报》陪伴着读者朋友走过了23个寒暑。

读者身体有恙或有健康疑虑，总是第一时间给我们写信、打电话，近年又多了网上交流；我们的编辑也会在第一时间和医学专家、营养专家沟通，把深奥的医疗保健知识通俗地告诉读者。

《家庭医生》2001年至今已有近千个版面与读者朋友见面。

内容上都是家庭常见病、多发病的防治和调理，通俗易懂、便于操作。头痛脑热、五脏关节不适、精神倦怠、亚健康，小病自断，防患未然。

书籍目录

【四季常见病】春季春天到眼病闹桃花开前先治桃花癣几招摆脱春季头痛防麻疹人多的地方少去春来提防老病复发春季传染病眼部寻踪迹春天别忘防风疹夏季防护有招数皮炎去无踪红眼病来也匆匆去也匆匆对症处理“高温病”痔疮患者如何轻松度夏盲目止汗有害无益军团菌写字楼内的隐形“杀手”夏天胃口不好是病吗秋季层层设防远离感冒困扰带状疱疹最易在秋季突袭秋凉护胃七项注意烂嘴角别用舌头舔风干物燥慢性咽炎来扰天凉当心老病复发秋风袭来面瘫“露脸”冬季冬季呵护好你的前列腺别让痛风在夜间袭击你哮喘病人如何“闯冬关”多管齐下对付“畏寒症”冬春交替须防急性支气管炎天寒更要“养”眼防治结合抵御手足皲裂【防病宝典】站太久“蚯蚓”爬上腿治感冒不能“见好就收”尽早防范腰颈病变预防鼻炎忌口保暖最重要小小毛囊炎危害莫小看熬夜后耳朵突然听不见了知己知彼把胆石拒之体外呵护“第一通道”阻击食管癌尿毒症于无声处惹人忧你被神经衰弱困扰吗腿发软查查膝关节结肠癌是怎样找上门的防胃病先学会“吃饭”关节病：好习惯胜良药调理血压“三字诀”鲜为人知的“凶病”：眼中风抗击流感新建议：请对着袖子打喷嚏残胃癌：旧领地留下新麻烦“烂耳”之后提防“歪嘴”这几种头痛很危险出血热也披“感冒衣”【疾病释疑】色盲与色弱是怎么回事恶性肿瘤就是癌吗良性肿瘤和恶性肿瘤有何不同直肠癌与痔疮咋鉴别甲亢和糖尿病有何不同心跳慢一定是有病吗人在何时最易生病食不知味是什么原因清晨口干舌燥是怎么回事看东西为何有双影早晨关节为何不“听话”何时注射胰岛素最适宜哪些疾病可出现低烧脑血栓与脑栓塞有啥不一样冠心病能拔牙吗先天性疾病和遗传病是一回事吗近视眼会突然失明吗心律失常如何辨轻重急症为何多在夜间发作风湿病人易犯五种错误【保健新知】过度紧张可致心脏病快步走可防糖尿病强忍尿意会招来癌症长跑有助于戒烟吹喇叭会诱发眼病领带系太紧易患青光跟中青年男子周末易患心脏病口腔细菌与心脏病有关吸烟饮酒诱发心脏病工作较机械者易患老年痴呆饱餐易引发心脏病男人更易出现耳聋【健康提醒】多喝水提高血液质量血脂高者谨防耳聋老年斑上也会长瘤高血压患者少做深呼吸冷水冲脚留后患长期伏案宜无枕而卧多眨眼给眼睛补补水当心低血糖会引起偏瘫感冒时喝水过多有害无益吞咽困难当心食管癌烫伤后请用冷水冲洗常给室内加湿预防皮肤瘙痒于足皲裂重在清洁心脏病冬天洗澡讲究多经常腹泻查查血糖冬泳前莫忘查心脏常嚼薄荷糖口腔爱发炎粗高跟鞋一样伤膝盖倒睫不可自行拔掉早生华发可能骨质疏松搬重物要直腰屈膝屈髋饭后躺一小时可护肝牙结石不除危害大常眨眼可能是因病而起光敏性皮炎忌香料肝病患者少看电视糖尿病人慎开车长期右侧睡易致食管癌睡前饮酒危害大高血脂病人睡前五忌“脚脖子”扭伤莫立即按摩咽喉炎可致颈椎病不累也打呵欠可能是病【家庭康复】胃切除后该怎么吃早搏病人的家庭护理几种急性传染病的隔离时间卧床患者的运动康复糖尿病人如何保护脚白内障术后养护多注意在家量血压要注意什么【身体警讯】口腔白斑一不小心变成癌看鼻涕可知病夜尿增多肾脏告急味觉改变大病先兆早期白血病的五个信号辨蛛丝马迹防直肠癌变走路姿势泄露身体秘密腰围是健康的“风向标”了解常见信号留心肺癌苗头胃口不好可能是患了尿毒症头痛可能是中风先兆你是否患有牙周病手背上的心脏病征兆皮肤传递癌症信息血液黏度高自己有感觉健康的味道“闻”出来痒——多种疾病的预告常照镜子不只因“爱美”身体有疾病手掌告诉你视力突然“变好”可能是白内障做梦：窥视健康的窗口久泻不止拉响肝癌警报疼痛预示着什么冻疮原来是“狼疮”【急救锦囊】疾病突发是“打的”还是叫救护车脑出血的家庭护理烧烫伤后冷水“救驾”被蛇咬伤怎么办洗澡时突然晕倒怎么办疾病突发“四不得”当生活中发生“万一”时家庭救助十忌崴了脚怎么办化学制剂溅入眼睛先冲洗更有效突发脑溢血应急措施心跳骤停紧急处理夜间发生急症莫惊慌【生活医学】终身不变的“生命印记”掐人中穴为何能急救脑子也有“警卫员”人为什么会被气死自己挠自己为何不觉痒人的免疫力并非越高越好这些器官真的没用吗常被误解的医学概念关于人体的一组有趣数字气温不是很低为何感觉很冷哪些人容易免疫力低下心脏病为何多在上午10时发作脑血管病名称咋那么多疤痕体质是怎么回事喝水多少看尿色【走出误区】五种头痛并非有病口干并非只因口渴转氨酶升高不等于患肝炎患病并不都需要休息咳嗽不止并非都是气管炎别把牙出血不当病湿疹与手癣常被“张冠李戴”别把中风当中暑

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>