

图书基本信息

书名：<<中等职业教育技能人才培养培训创新教材>>

13位ISBN编号：9787304052706

10位ISBN编号：7304052708

出版时间：2011-9

出版时间：沈力匀、金亚香 中央广播电视大学出版社 (2011-09出版)

作者：沈力匀, 金亚香 编

页数：294

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

《中等职业教育技能人才培养培训创新教材：家庭保健与护理（家政服务与管理专业适用）》分六个模块，模块一健康与保健常识，主要是使护理人员通过学习掌握基本的人体结构、人体系统及其功能、一般的生育常识及健康和保健的标准与基本方法，并着重介绍了家庭心理保健的特点及方法。

模块二孕产妇家庭保健与护理技术。

模块三婴幼儿家庭保健与护理技术。

模块四老年人家庭保健与护理技术，其中分别介绍了对应人群的生理特征，针对不同生理状况及环境下护理的要点和技术。

模块五常见病的家庭保健护理技术，可使护理人员掌握针对不同常见病，在家庭中采用常见的保健治疗器具进行防病、护理。

模块六 家庭急救与家庭用药常识，主要使护理人员能掌握在急救状况下采取正确的急救措施，并了解家庭通常的贮药、用药原则。

## 书籍目录

模块一 健康与保健常识 基础知识一 人体的基本结构及主要功能 一、人体的基本结构 二、人体各系统及其功能 三、人体的化学成分与物质代谢 基础知识二 生育常识 一、正常生育的条件 二、正常的怀孕过程 三、如何推断排卵时间选择受孕时期 四、年龄与生育 基础知识三 家庭健康 一、健康的十项标准 二、亚健康 三、家庭对个人健康的影响 四、健康家庭应具备的条件 基础知识四 家庭护理 一、家庭护理的程序 二、与病人家属及其相关人员的交流技巧 基础知识五 家庭保健 一、保健四大方面 二、我国的传统保健方法 三、保健食品与营养补充剂 工作技能 家庭的心理保健 一、儿童和青少年的心理发展与心理保健 二、中年期的心理发展与心理保健 三、老年期的心理特征与心理保健 四、临终关怀 五、家庭应激 六、自杀 基础知识练习题 实习任务 模块二 孕产妇家庭保健与护理技术 基础知识一 孕妇的保健 一、孕前准备 二、围生保健 三、预产期的推测 四、孕妇孕期的化验与检查 五、如何看懂孕期检查报告 六、怎样看孕期B超检查单 七、孕早期特征 八、怀孕期孕妇的衣着 工作技能一 孕妇的护理技术 一、孕早期如何保健和护理 二、怀孕各周胎儿是如何发育的？ 三、孕妇应该如何保健与护理 三、孕期生活中孕妇应采取什么姿势 四、发生妊娠反应后应该怎么办 五、孕期孕妇如何调适睡眠 六、孕妇如何与宠物相伴 七、孕期孕妇可以采取哪些保健和按摩措施 八、孕期如何进行胎教 基础知识二 产妇的保健 一、准产妇如何做好入院准备 二、产妇的家庭护理 三、剖宫产后的护理工作 工作技能二 产妇的护理技术 一、待产妇如何做助产体操 二、正确的哺喂母乳的姿势是什么 三、产妇如何进行乳房护理 四、产妇如何退奶 基础知识练习题 实习任务 模块三 婴幼儿家庭保健与护理技术 基础知识一 新生儿的保健 一、新生儿的发育标准 二、新生儿的条件反射 三、护理新生儿的要点 四、新生儿的呼吸 五、新生儿的健康检查 工作技能一 新生儿的护理技术 一、新生儿的头部如何护理 二、新生儿至儿童时期的眼部如何护理 三、婴儿的口、鼻、耳部如何护理 四、新生儿的皮肤如何护理 五、如何使新生儿安睡 六、如何“抱孩子” 七、如何安抚婴儿 基础知识二 婴幼儿的保健 一、婴幼儿的成长指标 二、儿童的基础免疫程序 三、如何度过断奶期 四、婴儿生病有哪些征兆 五、1~2岁孩子的运动发育里程 六、怎样教婴儿有意识地称呼人 七、婴幼儿的衣着 工作技能二 婴幼儿的护理技术 一、如何给婴儿穿衣服 二、如何清洁婴儿的臀部 三、如何清洁尿布 四、如何正确折叠、更换尿布 五、如何用奶瓶喂奶 六、如何认识婴儿的吐奶和溢奶 七、如何护理发热的婴儿 八、如何护理婴幼儿的牙齿 九、如何护理夜遗尿的儿童 十、如何教孩子学走路 基础知识三 学龄前儿童的保健 一、如何注意孩子的家庭安全 二、儿童的营养保健 三、如何观察儿童每日的排尿 工作技能三 学龄前儿童的护理技术 一、儿童耳部的清洁和护理 二、儿童鼻部的清洁与护理 三、儿童口疮的护理 四、儿童大便干燥的护理 五、儿童外阴的清洁护理 六、儿童呼吸道感染的护理 七、儿童患了水痘的护理 八、儿童猩红热的护理 九、儿童出现荨麻疹的护理 十、儿童疝子的清洁护理 十一、如何训练孩子拿筷子 基础知识练习题 实习任务 模块四 老年人家庭保健与护理技术 基础知识一 老年人的家庭自我监测 一、老年期的生理特征 二、老年人健康的自我监测 三、老年人运动时的自我监测 基础知识二 老年人的饮食保健 一、老年人的饮食营养原则 二、老年人的营养素需要量 三、老年人的合理营养 工作技能一 老年人的日常护理技术 一、老年人日常护理常识 二、老年人的睡眠护理 三、老年人大便失禁的清洁护理 四、老年人口腔的卫生和保健护理 五、如何协助老年人排痰 六、老年人耳、眼、鼻的卫生和保健护理 七、老年人的皮肤卫生和保健护理 八、老年人的足部卫生和保健护理 九、老年人的头发卫生和保健护理 十、老年人的衣着卫生和保健护理 工作技能二 老年人的疾病护理技术 一、老年人服药原则 二、老年性痴呆病人的家庭护理 三、老年性心血管系统疾病的家庭护理 四、老年性糖尿病的家庭护理 五、老年性慢性支气管炎的家庭护理 六、老年性便秘的家庭护理 七、老年性前列腺增生的家庭护理 八、老年性骨质疏松症的家庭护理 九、老年性帕金森病的家庭护理 十、老年急救护理和自我行动保健 基础知识练习题 实习任务 ..... 模块五 常见病的家庭保健护理技术 模块六 家庭急救与家庭用药常识 参考文献

## 章节摘录

版权页：插图：据2004年公布的《中国居民营养与健康现状》报告显示，虽然中国城乡居民的膳食、营养状况与十几年前相比有了明显的改善，但仍面临着营养缺乏与营养结构失衡的双重挑战。

营养缺乏主要表现为生长迟缓、低体重、贫血、缺乏维生素A等微量营养素。

营养失衡则表现为膳食结构不合理，食用油和高脂肪食物消费过多，谷类食物消费偏低，奶类、豆类制品摄入过低。

营养失衡的后果是超重、肥胖、高血压、糖尿病等慢性非传染性疾病的发病率迅速升高，并成为影响国民素质和社会发展的严重公共卫生问题。

营养素补充剂是指以补充维生素、矿物质而不以提供能量为目的的产品。

其作用是补充膳食供给的不足，预防营养缺乏和降低发生某些慢性退行性疾病的危险性。

营养补充剂的特点是不以食物为载体，它虽然以胶囊、片剂或口服液等剂型出现，但它不是药物，所以不能用于治疗疾病。

适宜人群为成人的，其维生素、矿物质的每日推荐摄入量应当符合《维生素、矿物质种类和用量》的规定；适宜人群为孕妇、乳母以及18岁以下人群的，其维生素、矿物质每日推荐摄入量应控制在我国该人群该种营养素推荐摄入量（RNIs或AIs）的1/3~2/3水平。

产品每日推荐摄入的总量应当较小，其主要形式为片剂、胶囊、颗粒剂或口服液。

颗粒剂每日食用量不得超过20克，口服液每日食用量不得超过30毫升。

缺乏必需营养素虽然会造成各种症状或疾病，但摄入过多同样是不好的。

因此，如果不缺乏营养就不要乱服用营养补充剂，否则不但没有益处反而可能造成其他营养素的丢失甚至中毒。

还有一些人群不适宜补充营养素制剂。

如尿路结石患者使用维生素C补充剂将会加速结石形成。

编辑推荐

《中等职业教育技能人才培养培训创新教材:家庭保健与护理(家政服务与管理专业适用)》是为了更好地适应和满足现代家政与社区服务工作的专业化、职业化、规范化要求,更好地满足现代家庭和个人对健康的需求,本着突出职业教育的规律和特色、适度地介绍健康与保健知识和专业理论,以传授实用技术为主,注重专业综合技能的培养的宗旨而编写的。

可作为中等职业学校“双证课程”家政服务与管理专业教材,以及育婴师(职业资格四级)、养老护理师(职业资格四级)培训教材,也可作为家庭成员自我保健和进行健康教育宣传的参考书。

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>