

<<教师防治职业病的智慧>>

图书基本信息

书名：<<教师防治职业病的智慧>>

13位ISBN编号：9787508066660

10位ISBN编号：7508066669

出版时间：2012-1

出版时间：华夏出版社

作者：丁霞

页数：268

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>

<<教师防治职业病的智慧>>

内容概要

本书针对教师群体好发的职业病,详细介绍了眼疾、呼吸道疾病、消化道疾病、内分泌系统疾病、骨关节疾病、神经精神系统疾病等的预防和日常保健护理方法。其中许多保健操、小食疗方、药茶方简便实用,生活中很有参考价值。

<<教师防治职业病的智慧>>

作者简介

丁霞，女，医学博士，美国Morehouse医学院博士后。

博士研究生导师、教授、主任医师，北京中医药大学研究生院副院长。

作者长期从事中西医结合临床工作和中医内科学的教学工作。

临床方面擅长中西医结合治疗急慢性消化系统疾病，包括胃肠疾病、脂肪肝、肝纤维化、肝硬化、胆囊炎等疾病以及中医药治疗内科杂病。

特别在中医药防治酒精性肝病的研究方面取得了一定的成绩。

另外，在应用中医药理论预防疾病、早期诊断和治疗疾病等方面做了很多工作和研究。

近五年来，主持了多项国家级课题，包括国家自然科学基金课题、国家科技部“十一五”科技支撑计划中医药领域项目、科技部国际科技合作计划项目等。

共发表23篇高质量的SCI论文，被引用331次。

其中部分刊登在J Biol.Chem.Oncogene.Mol.Celt Proteorrlcs等一流学术杂志上。

2007年被教育部评为“新世纪优秀人才”。

曾多次做客北京电视台“养生堂”及“超级出租车”等栏目。

<<教师防治职业病的智慧>>

书籍目录

第一章 教师防治眼部疾病的智慧

第一节 教师防治干眼症和智慧

- 一、什么是干眼症
- 二、帮助教师找病因
- 三、干眼症自我诊断
- 四、干眼症的预防与保健
- 五、干眼症的治疗

第二节 教师防治角膜炎的智慧

- 一、什么是角膜炎
- 二、帮助教师找病因
- 三、角膜炎自我诊断
- 四、角膜炎的预防与保健
- 五、角膜炎的治疗

第二章 教师防治呼吸系统疾病的智慧

第一节 教师防治过敏性鼻炎的智慧

- 一、什么是过敏性鼻炎
- 二、帮助教师找病因
- 三、过敏性鼻炎自我诊断
- 四、过敏性鼻炎的预防与保健
- 五、过敏性鼻炎的治疗

第二节 教师防治慢性咽喉炎的智慧

- 一、什么是慢性咽喉炎
- 二、帮助教师找病因
- 三、慢性咽喉炎自我诊断
- 四、慢性咽喉炎的预防与保健
- 五、慢性咽喉炎的治疗

第三节 教师防治感冒的智慧

- 一、什么是感冒
- 二、帮助教师找病因
- 三、感冒自我诊断
- 四、感冒的预防与保健
- 五、感冒的治疗

第四节 教师防治支气管炎的智慧

- 一、什么是支气管炎
- 二、帮助教师找病因
- 三、支气管炎自我诊断
- 四、支气管炎的预防与保健
- 五、支气管炎的治疗

第三章 教师防治心血管系统疾病的智慧

第一节 教师防治血脂异常的智慧

- 一、什么是血脂异常

.....

第四章 教师防治消化系统疾病的智慧

第五章 教师防治关节疾病的智慧

第六章 教师防治内分泌系统疾病的智慧

第七章 教师防治神经精神系统疾病的智慧

<<教师防治职业病的智慧>>

章节摘录

版权页：插图：肩部疼痛。

起初时肩部呈阵发性疼痛，多数为慢性发作，以后疼痛逐渐加剧。

或钝痛，或为刀割样痛，且呈持续性，气候变化或劳累常使疼痛加重，疼痛可向颈项及上肢（特别是肘部）扩散，当肩部偶然受到碰撞或牵拉时，常可引起撕裂样剧痛。

肩痛昼轻夜重为本病一大特点，多数患者常诉说后半夜痛醒，不能成寐，尤其不能向患侧侧卧，此种情况因血虚而致者更为明显。

若因受寒而致痛者，则对气候变化特别敏感。

肩关节活动受限。

肩关节向各方向活动均可受限，以外展、上举、内外旋更为明显。

随着病情进展，由于长期废用、畏痛不敢活动等引起关节囊及肩周软组织的粘连，肌肉力量逐渐下降，使肩关节各方向的主动和被动活动均受限，当肩关节外展时出现典型的“扛肩”现象，梳头、穿衣、洗脸、叉腰等动作均难以完成，严重时肘关节功能也可受影响，屈肘时手不能摸到同侧肩部，尤其在手臂后伸时不能完成屈肘动作，给教师的日常工作和生活带来极大的不便。

<<教师防治职业病的智慧>>

编辑推荐

《教师防治职业病的智慧》：颈椎病——24小时保养法、慢性咽炎——20种草药茶、视疲劳——5种眼保健法、下肢静脉曲张——按摩和足浴、慢性胃炎——15种食疗粥、便秘——10种运动调理法+食疗方、腰椎间盘突出症——4种康复锻炼法、失眠——清心美梦茶+安神助眠药膳+泡脚、肥胖症——食疗+有氧运动.....

<<教师防治职业病的智慧>>

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>