

<<老年家庭护理>>

图书基本信息

书名：<<老年家庭护理>>

13位ISBN编号：9787534924910

10位ISBN编号：753492491X

出版时间：2000-9-1

出版时间：河南科学技术出版社

作者：段金云

页数：411

字数：325000

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>

## <<老年家庭护理>>

### 内容概要

本书包括老年人的生活护理、自我测病、疾病防治、家护技艺、家庭急救、求医须知、服药用药等内容，向老年读者及其家属较详细地介绍了护理、保健、养生等一系列知识。

全书知识丰富，文字通俗易懂，方法简明实用，并配有插图，力求“一看就懂、一学就会、一用就灵”。

本书是一部老年家庭护理、保健养生、求医用药的良好读物。

## &lt;&lt;老年家庭护理&gt;&gt;

## 书籍目录

一 绪论 1.1 老龄化已引起世界各国的高度关注 1.2 老年期及其年龄界限 1.3 人的寿命极限及其推算方法 1.4 影响人类寿命的原因 1.5 老年人在生理和心理上的变化 1.6 健康老人的现代标准 1.7 越来越受重视的第三医学 1.8 人的亚健康 and 第四医学 1.9 退休效应与空巢综合征 1.10 老年病及其临床特点 1.11 老年病人家庭护理特点 1.12 要重视老年病人的心理护理 1.13 老年夫妇应互相做好健康监护 1.14 疾病的治愈标准 1.15 老年人应正确对待疾病与死亡二 晚年生活 科学颐养 2.1 老年生活更采科学安排 2.2 慢节奏生活有益安全健康 2.3 老年人居室环境要求 2.4 老年人膳食营养的新规定 2.5 老年人膳食营养的最佳调配 2.6 老年人进食的原则 2.7 老年人进食时一些误区 2.8 老年人防病健身的传统食品 2.9 常吃水果有益健康 2.10 老年人患病时的食品禁忌 2.11 老年人的饭后保健 2.12 少用食盐又促食欲之妙法 2.13 老年人在“饮”字上要讲科学 2.14 老年人在穿戴上要有讲究 2.15 宿便危害健康 2.16 老年人蹲厕须防昏倒 2.17 及时排尿有益防病抗衰 2.18 睡眠充足延年益寿 2.19 睡姿正确才能消除疲劳 2.20 讲究睡位朝向有益健康……三 老人身心 常护常养四 发现病症 早测早防五 轻微疾病 重在护养六 慢病重病 家护得当七 急救自救 快稳莫慌八 家护技艺 侍老保障九 投医就诊 科技为上十 老人用药 谨慎稳当十一 附录

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>