

<<家庭保健与护理>>

图书基本信息

书名：<<家庭保健与护理>>

13位ISBN编号：9787564034283

10位ISBN编号：7564034289

出版时间：2010-8

出版时间：北京理工大学出版社

作者：曾伟菁 编

页数：145

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>

## <<家庭保健与护理>>

### 前言

家庭保健与护理的理论和实践，是随着人类生活的城市化、国际化以及人口的老龄化趋势的发展而不断发展的。

影响人类健康的诸因素，尤其是行为与生活方式，日益受到人们的重视，人人都希望通过健康的行为与生活方式使自己拥有一个健康的身体和一个温馨、和睦、幸福的家庭。

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，适度介绍知识和专业理论，以传授实用技术为主、注重专业综合技能的培养的宗旨，我们编写了此书。

本书可作为中等职业教育家政与社区服务专业教材、护理员培训教材、家庭成员自我保健和进行健康教育宣传的参考书。

本书共分8章，包括：健康与保健；健康的物质基础——正常的人体；健康的心理与心理保健；家庭保健；家庭护理；常见疾病家庭保健与护理；家庭意外事故的预防与家庭急救；生活与健康。

## <<家庭保健与护理>>

### 内容概要

本书属于21世纪中等职业特色精品课程规划教材，共分为八章，主要论述了健康与保健，健康的物质基础——正常的人体，健康的心理保健，家庭保健，家庭护理，常见疾病家庭保健与护理，家庭意外事故预防与家庭急救，生活与健康等内容。

正是针对现阶段职业学校的教育和发展模式的特点而编写，突出了注重强化专业技能和素质培养的职业教育特色。

## <<家庭保健与护理>>

### 书籍目录

第一章 健康与保健 第一节 健康 第二节 家庭健康与家庭保健第二章 健康的物质基础——正常的人体 第一节 生命的基本表现 第二节 生育常识 第三节 人体的基本结构及主要功能第三章 健康的心理与心理保健 第一节 儿童期和青少年期的心理特征与心理保健 第二节 中年期的心理特征及心理保健 第三节 老年期的心理特征及心理保健 第四节 家庭关系中的心理健康第四章 家庭保健 第一节 儿童、青少年保健 第二节 中年人保健 第三节 老年人保健 第四节 女性保健第五章 家庭护理 第一节 生命体征的观察 第二节 病人的生活护理 第三节 病人的清洁护理 第四节 家庭中的给药 第五节 家庭中的物理治疗第六章 常见疾病家庭保健与护理 第一节 常见心脑血管疾病的保健与护理 第二节 常见老年性疾病的保健与护理 第三节 社区常见疾病的保健与护理 第四节 传染病的家庭预防与治疗 第五节 临终关怀第七章 家庭意外事故预防与家庭急救 第一节 家庭常见意外事故的预防 第二节 家庭急救第八章 生活与健康 第一节 吸烟与健康 第二节 饮酒 第三节 饮茶 第四节 饮食卫生 第五节 推拿按摩

## &lt;&lt;家庭保健与护理&gt;&gt;

## 章节摘录

插图：2.儿童期的心理保健  
儿童期是人的发展过程中的一个非常重要的时期，因为它是智力发展、自我意识发展的最佳时期，是人生打基础的时期。

为培养儿童健全的人格和良好的社会适应能力，使儿童身心协调发展，我们要重视儿童的心理健。维护儿童心理健康应做好以下几点：（1）保证孕妇身心健康从造成儿童病态心理和行为的原因中发现，母亲妊娠期身心健康状况不良会引起少儿身心不健康。

如儿童患感觉综合失调症的原因之一即是母亲怀孕时有先兆流产、情绪不稳定现象。

因此，要保证儿童心理健康，先要保证母亲妊娠期的心理健康。

（2）建立温暖的家庭，为儿童创设良好的生活环境要尽量满足儿童的情感需要，给予充足的爱，这在儿童心理健康发展过程中起着重要的作用。

如父母离异，亲人丧亡，父母性格内向、偏激，父母照顾、关心孩子太少，或父母行为、教育儿童的方法不当等，会导致儿童强迫症、儿童自闭症和儿童恐惧症等。

如儿童整天生活在一个父母经常吵架、彼此情感冷漠、家庭气氛紧张的环境里，长期处于精神紧张、感情饥饿的状态，儿童可能会情感冷漠，甚至对人有敌对情绪和攻击行为。

因此，为儿童创设良好的生活环境是保证其心理健康的必要手段。

（3）要坚持正确的教育方法，为儿童树立良好的榜样教育方法及方式要科学、正确；要培养儿童正确的学习动机；激发他们的学习兴趣，养成自觉学习的习惯；培养儿童尊敬师长、互助友爱、克服困难的良好品质。

因儿童个性尚不稳定，加上模仿力强、辨别是非能力差，因此榜样的作用在儿童期是很大的。

面对儿童，父母一定要以身作则，言行一致，表里如一。

要防止儿童不良行为及性格的形成。

（4）要尊重儿童的自尊心，满足其独立性要求所谓自尊心，是指个人要求得到他人或集体尊重的情感，是个人需要保持自己在集体中的声誉和地位的一种内心体验。

如果对儿童的要求处理不当，刺伤了儿童的自尊心，会激起儿童的憎恨、敌对和紧张情绪，使之养成报复、自卑等心理。

随着儿童自我意识的发展，其独立性要求越来越强，常常要求父母让自己独立地做一些事情，父母要因势利导，不能强行包办或限制，否则易使儿童形成较强的依赖性、惰性和怯懦性格等。

（5）帮助儿童学习人际交往的技能要不断提高儿童的社会适应能力，尤其是人际交往的能力。

正常的人际交往对儿童心理健康有很大的促进作用。

<<家庭保健与护理>>

编辑推荐

《家庭保健与护理》：中等职业教育特色精品课程规划教材，中等职业教育课程改革项目研究成果。

<<家庭保健与护理>>

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>