

<<大学生卫生保健>>

图书基本信息

书名：<<大学生卫生保健>>

13位ISBN编号：9787564067113

10位ISBN编号：756406711X

出版时间：2012-09-01

出版时间：北京理工大学出版社

作者：冉永俊，陈小虎，耿德英 编

页数：201

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>

<<大学生卫生保健>>

内容概要

《大学生卫生保健》是为了适应民族地区高等学校健康教育发展的需要而编写，《大学生卫生保健》本着注重素质培养、整体优化教育的原则，结合现代大学生所面临的健康问题，系统地介绍了与大学生密切相关的心理、生理、保健知识，其目的是通过教学培训，促进大学生建立新的健康理念，提高心理素质，帮助大学生初步认识疾病的基本知识，学会自我防病保健，改变各种不良生活行为和习惯，形成科学健康的生活方式，增强自我监测、自我处置、自我保健和预防疾病的能力，使他们成为生理健康、心理健康，社会适应良好，道德健康这样一个真正健康的人群。

<<大学生卫生保健>>

书籍目录

第一章 绪论第二章 青春期生理卫生第三章 日常生活卫生第四章 性与健康第五章 大学生一般心理问题与调适第六章 大学生常见心理障碍第七章 常见症状及常见病第八章 传染病防治第九章 拒绝毒品 预防艾滋第十章 急救知识第十一章 养生保健第十二章 就医用药常识参考文献

<<大学生卫生保健>>

编辑推荐

冉永俊等编著的《大学生卫生保健》重点突出了大学生如何提高预防疾病的能力与基本医疗救护知识，采用中、西医结合的防治方法，从生理医疗急救、身心自我保健、强健体格、愉悦身心加以论述。针对大学生的学习需求和特点，编制了丰富的学习和实训内容，既有针对性的技能培训学习、疾病防治、紧急救护等方面的科学知识，也有自我提升、修身养性的学习活动，如健身养生功、食疗养生法、四时养生法等，并融入中医学基本理论，中医养生保健理论和保健方法，力求弘扬祖国传统医学，让大学生将国医国药运用到自身卫生保健实践和疾病防治中。

<<大学生卫生保健>>

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>