

<<骨关节病自我管理>>

图书基本信息

书名：<<骨关节病自我管理>>

13位ISBN编号：9787807402251

10位ISBN编号：7807402253

出版时间：2008-1

出版时间：上海文化出版社

作者：杨庆铭 编

页数：112

字数：76000

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>

## <<骨关节病自我管理>>

### 内容概要

“健康是福”，这句话已成为近年来最流行的话语之一。

这说明，健康已成为社会公众越来越关注的热点和焦点。

有了健康，才有事业，才有未来，才有幸福；失去健康，就失去一切。

那么健康应以何为本？健康不应以治病为本，因为治病花钱受罪，事倍功半，是下策。

健康应以养生预防为本，省钱省力，事半功倍，乃是上策。

有研究报道，组成健康的四大元素中父母遗传占15%，社会与自然环境占17%，医疗条件占8%，而生活方式占到60%。

世界卫生组织的研究报告也指出：人体1/3的疾病通过预防保健可以避免；1/3的疾病通过早期发现可以得到有效控制；还有1/3的疾病通过信息的有效沟通能够提高治疗效果。

这些都有力地证明了健康教育的重要性。

健康教育，不仅是将防治常见病、多发病的科学知识传授给广大民众，也要使不同的群体逐步了解和掌握如何养成健康的生活方式，怎样减少和纠正不良的生活习惯，提高健康意识和自我保健能力，从而达到保障身体健康和提高生活质量的目的。

健康生活不仅可以节约卫生资源，更重要的是提高了全民健康水平，减少发病率，延长健康寿命，是“自己少受罪，儿女少受累，节省医药费，造福全社会”的美事好事。

《家庭用药》杂志自创刊以来，秉承“依靠专家，面向百姓，打造一流原创科普”的办刊宗旨，不断努力，使得刊物逐步受到读者和市场的青睐。

“家庭用药·慢性病自我管理丛书”将创刊近七年来的精粹文章分类集结出版，由知名专家担纲主编、审稿，文章有较高的权威性和实用性，可以让读者“一看就懂，一懂就用，一用就灵”，旨在为个人健康、家庭健康、社会健康作出实实在在的贡献。

让我们大家一起努力，追求人人快乐健康，共享美好的和谐生活！

## <<骨关节病自我管理>>

### 作者简介

杨庆铭教授，现任上海市伤骨科研究所所长、瑞金医院终身教授、主任医师、博士生导师、国务院特殊津贴享受者。

同时任中华医学会骨科学会副主任委员、中华医学会骨科学会关节外科学组副组长、上海市医学会骨科学会名誉主任委员、上海市骨科临床质量控制中心主任、《中华骨科杂

## <<骨关节病自我管理>>

### 书籍目录

认识篇 世界范围内骨关节疾病的发病概况? 人体骨关节探秘 正常人脊柱的构造是怎样的 正常人的颈椎活动范围有多大 颈椎病是怎样引起的 引起颈椎退变的病因有哪些 常见颈椎病的类型及症状 其他类型的颈椎病有哪些 强直性脊柱炎知多少 强直性脊柱炎有哪些症状 腰椎间盘突出症知多少 腰突症的发病原因是什么 腰椎管狭窄症知多少 腰椎滑脱症及其病因 腰椎滑脱症的主要症状有哪些 人从凳子上跳下,为什么下肢关节承受得了 下肢行走、负重对关节影响 什么是类风湿性关节炎 类风湿性关节炎的特点 什么是“网球肘” 骨关节炎知多少 骨关节炎的病因是什么 原发性骨关节炎的流行病学调查 骨肿瘤有哪些表现 膝关节骨关节炎知多少 膝关节骨关节炎最常见的症状是什么 膝关节骨关节炎最常见的体征是 “老寒腿”的病因 什么是痛风 血浆尿酸盐浓度为什么会升高 骨质疏松症是多发病 老年人骨质疏松症知多少 骨质疏松症的危害 为什么说骨质疏松症是“无声的疾病” 骨质疏松症的分类 骨质疏松症最常见的症状 为什么老年人骨头会变得“不堪一击” 股骨头坏死知多少 股骨头坏死的主要症状及其危害 腰腿痛影响生活质量 为什么腰腿痛的发病率居高不下 腰腿痛的病因 腰腿痛的主要类型 腰腿痛的其他类型 腰腿痛的中医辨证治疗篇 颈椎病的非手术治疗 颈椎病的牵引疗法 哪些颈椎病适合手术治疗 其他型颈椎病适合手术治疗吗 颈椎病有哪些药物治疗方法 治疗颈椎病的常用药物有哪些 治疗颈椎病的中成药有哪些 强直性脊柱炎的主要治疗方法.....调养篇预防篇

<<骨关节病自我管理>>

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>