

<<大学生健康导论>>

图书基本信息

书名：<<大学生健康导论>>

13位ISBN编号：9787040265026

10位ISBN编号：7040265028

出版时间：2009-5

出版时间：高等教育出版社

作者：王莲芸，钟鸣 著

页数：299

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>

<<大学生健康导论>>

前言

党的十七大报告把人人享有基本医疗卫生服务作为实现全面建设小康社会奋斗目标的一项新要求。因此，提高全民健康水平是建设有中国特色社会主义伟大事业的目标之一，也是全面建设小康社会的一个重要条件。

发展健康教育与健康促进事业，是发挥有限卫生资源最大效益的优先选择，也是贯彻“以人为本”执政理念和“预防为主”卫生方针的具体体现。

大学生作为一个特殊的群体，他们在校学习时是接受教育的对象；当毕业后走出校门，他们又是建设国家的重要力量。

一个合格的大学生不仅要有扎实的专业理论知识，更要有健康的体魄和健全的人格。

在大学生中开展健康教育，有利于帮助他们树立科学的健康观，可以使学生了解社会心理因素在疾病的发生、发展和康复中的重要作用，从生物遗传、环境因素、卫生保健和生活方式等方面认识健康，自觉地抵制不良生活习惯和不良嗜好，提高自我保健的能力，促进身心全面发展，达到未病先防的目的。

高等院校大学生的健康教育问题一直是一个非常重要的环节，需要一本兼具知识性和趣味性的教材。

王莲芸、钟鸣教授等编写的“十一五”国家级规划教材《大学生健康导论》，从医学专业的角度出发，系统讲述了健康的定义和疾病预防的知识，是一本介于科普与专业之间的实用性较强的教科书，适用于对在校大学生开展健康教育。

相信这本教材对于提高大学生们的综合素质，维护和提高大学生的综合健康水平，避免和减少各种疾病和心理障碍将发挥重要的作用。

<<大学生健康导论>>

内容概要

从医学科学的角度，概述了影响大学生健康的综合性因素、常见的病理变化、避免不合理用药引起的再次伤害、常用的急救方法（包括穴位治疗）等问题。为大学生们树立正确而全面的健康理念，尤其在突出预防和健康促进的概念等方面进行了通俗而又专业的讲述。

《大学生健康导论》包括5篇，共19章。

精练地描述了怎样正确使用常用抗生素、解热镇痛药、消化道药物和清热解毒中药；为了激发读者对各个系统常见疾病的预防知识的兴趣，阐述了心、肺、脑、肝、肾等的结构、功能与保健方法；毒品对健康的影响；心理健康等内容。

《大学生健康导论》图文并茂，通俗易懂。

适合高等院校公共课程（或通识教育）教学使用，也可对一般读者进行医学知识的普及，还可作为生命科学、医学相关专业等工作人员的参考用书。

书籍目录

第一篇 正确认识健康第一章 绪论一、生理功能的调节二、健康四大基石三、影响健康的因素四、为健康保驾护航第二章 塑造形体和器官健康第一节 大学生的形体发育一、身高与体重二、男性特征表现三、女性特征表现第二节 系统解剖与生理特征一、呼吸系统二、心血管系统三、血液系统四、淋巴系统五、消化系统六、泌尿系统七、神经系统八、内分泌系统第三节 男性生殖系统一、男性内生殖器二、男性外生殖器第四节 女性生殖系统一、女性内生殖器二、女性外生殖器三、乳腺第二篇 认识疾病本质第三章 认识疾病发生的共性表现第一节 炎症反应一、炎症的原因二、炎症的局部基本病理变化三、炎症的局部临床表现和全身反应四、炎症类型五、炎症的过程和结局第二节 局部血液循环障碍一、充血二、出血三、血栓形成四、栓塞五、梗死六、水肿第四章 学习疾病发生发展的共同规律第一节 体温与发热一、人体的体温及其调节二、发热的原因和机制三、发热的临床表现四、实验室及辅助检查五、药物对体温的影响第二节 体液与脱水和酸中毒一、体液二、脱水三、酸中毒第三节 血液循环与休克一、血液循环的概念二、休克的本质三、休克的临床表现四、休克的治疗第三篇 认识常见疾病第五章 让呼吸畅通无阻第一节 上呼吸道感染一、类型二、实验室检查三、并发症四、鉴别诊断五、治疗六、预防第二节 鼻窦炎一、急性鼻窦炎二、慢性鼻窦炎三、急、慢性鼻窦炎的预防第三节 扁桃体炎一、急性扁桃体炎二、慢性扁桃体炎第四节 肺炎一、概论二、肺炎球菌肺炎三、支原体肺炎四、病毒性肺炎第六章 让生命的“泵”——心脏正常运转第一节 心律失常一、概念二、常见症状三、与心脏病有关的心律失常四、治疗目的五、心律失常与猝死第二节 原发性高血压一、概念二、诱发因素和临床症状三、危害性四、治疗和预防第三节 病毒性心肌炎一、心肌的结构和特性二、发病机制和临床表现三、漏诊或误诊的原因四、治疗和预防第四节 风湿热一、概念二、病因和发病机制三、临床特征性表现四、主要检查项目五、治疗六、预防第七章 让机体的能源(营养)供应正常第一节 急性胃肠炎一、胃肠道的组织结构二、急性胃肠炎第二节 消化性溃疡一、病理改变二、病因三、临床表现四、检查方法五、治疗第三节 胆囊炎和胆囊结石一、胆囊的功能二、发病原因三、临床表现四、治疗原则第四节 肝炎一、肝的结构功能特点二、发病原因三、临床表现四、实验室检查五、防治原则第八章 将机体的代谢废物排出体外第一节 肾小球肾炎一、急性肾小球肾炎二、慢性肾小球肾炎三、急进性肾小球肾炎第二节 尿路感染一、病因二、几种常见的尿路感染三、治疗第九章 圣洁的性与健康第一节 男性生殖系统的生理特点一、男性性成熟的特点二、性的兴奋、勃起和射精的特点第二节 男性生殖系统的常见疾病一、非特异性附睾炎二、前列腺炎第三节 女性生殖系统的生理功能特点一、女性性成熟的特点二、优生优育第四节 女性生殖系统的常见疾病一、痛经二、月经不调三、闭经四、早孕与意外妊娠五、异位妊娠(宫外孕)六、阴道炎七、慢性宫颈炎八、子宫肌瘤第五节 性传播疾病一、概述二、淋病三、梅毒四、艾滋病第四篇 日常生活与疾病第十章 吃出健康和美丽第一节 三大营养素的代谢一、糖代谢二、蛋白质代谢三、脂肪代谢第二节 平衡膳食一、合理安排一日三餐二、重视膳食中的“肠道清洁夫”三、平衡膳食与健康第三节 营养不良性贫血一、缺铁性贫血二、营养性巨幼细胞贫血第四节 肥胖与慢性疾病一、引起肥胖的原因二、肥胖引发慢性疾病三、肥胖的防治第五节 美味佳肴与痛风一、痛风的发病机制二、痛风的病因三、痛风的临床表现四、痛风患者的自我保健第十一章 环境与健康第一节 过敏性疾病一、常见的过敏原二、常见的过敏性疾病三、过敏性疾病的防治四、对过敏性疾病的认知误区第二节 白血病一、白血病的病因二、白血病的早期信号三、白血病的防治四、白血病的预防措施第十二章 让皮肤光洁靓丽第一节 皮肤保健与美容一、皮肤的结构与功能二、如何保养皮肤第二节 皮肤常见疾病的预防一、疖二、皮肤真菌感染第十三章 别让运动伤害了第十四章 遇到意外沉着应对第十五章 合理用药痛苦更少第十六章 认识顽症预防肿瘤第十七章 珍爱生命远离毒品第五篇 大学生的心理健康第十八章 合理用脑学习更好第十九章 心智健康完美人生索引参考文献

章节摘录

(三) 血栓的结局 1. 软化、溶解、吸收当第Ⅲ因子被激活后,活化的第Ⅲ因子已开始激活纤维蛋白溶酶系统,裂解纤维蛋白原和纤维素,血栓的持续存在并增长抑或软化、溶解、吸收,取决于凝血系统和纤维蛋白溶酶系统两者之间活性的对比。

血栓内的白细胞,其溶蛋白酶也有溶解血栓成分的能力。

当溶解血栓成分的酶量多、活性强时,血栓可被溶解,小的血栓可完全被溶解吸收。

2. 机化血栓形成后,从血管壁向血栓长入内皮细胞和纤维母细胞,随即形成肉芽组织,血小板的血小板生长因子可能起着促使肉芽组织生长的作用。

肉芽组织伸入血栓,逐渐加以取代而发生机化。

机化过程早在血栓形成后1~2天即已开始,较大的血栓,在2周左右可完成机化。

机化的血栓和血管壁能牢固地黏着,不再有脱落的危险。

血栓机化中的新生内皮细胞,被覆血栓内由于血栓干涸产生的裂隙,形成迷路状但可互相沟通的管道,使血栓上下游的血流得以部分的沟通,这种现象称为再通。

近年发现,血管腔内的单个核细胞也可自血液内通过血栓的游离面侵入血栓内,而且在血栓内部埋藏着的单个核细胞也可活化,上述的细胞都可游走,被覆于血栓内的裂隙,继而转变成血管内皮细胞,形成新生的血管,所以,血栓机化和再通并不完全依赖于血管壁细胞成分的侵入。

3. 钙化长久血栓既不被溶解又不被充分机化时,可发生钙盐沉着。在静脉即形成静脉石。

(四) 血栓对机体的影响 血栓形成能对破裂的血管起堵塞破裂口的作用,阻止出血,这是对机体有利的一面,如胃、十二指肠慢性溃疡的底部和肺结核性空洞壁,其血管往往在病变侵蚀时已形成血栓,避免了大出血的可能性。

然而,在多数情况下,血栓造成的血管管腔阻塞和其他影响,却对机体造成严重的甚至致命的危害。

1. 阻塞血管动脉血栓未完全阻塞管腔时,可引起局部器官缺血而萎缩;若完全阻塞又缺乏有效的侧支循环时,可引起局部器官的缺血性坏死。

如脑动脉血栓引起脑梗死,心冠状动脉血栓引起心肌梗死,血栓闭塞性脉管炎引起患肢坏疽等。

静脉血栓形成后,若未能建立有效的侧支循环,则引起局部淤血、水肿、出血甚至坏死,如肠系膜静脉血栓可导致出血性梗死。

肢体浅表静脉血栓,由于静脉有丰富的侧支循环,通常不引起临床症状。

<<大学生健康导论>>

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>