

<<怎么养孩子不生病>>

图书基本信息

书名：<<怎么养孩子不生病>>

13位ISBN编号：9787111325246

10位ISBN编号：7111325249

出版时间：2011-1

出版时间：机械工业

作者：首都医科大学附属北京中医医院

页数：154

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>

<<怎么养孩子不生病>>

前言

中医学，是我国灿烂文化瑰宝中的一颗明珠，是我国劳动人民在长期与疾病斗争过程中的伟大创举。

两千年前，中医经典著作《黄帝内经》的问世，标志着中医理论体系的确立。

中医学根植于中国传统文化的土壤中，绵延数千年而气脉不绝，历经磨难坎坷而百折不挠，而且医籍丰富，医家众多，波澜壮阔，奔流不息，为世界医学史所罕见，成为中国传统文化的杰出代表。

科学技术的飞速发展，人们的生活方式和疾病谱也随之不断变化，“回归自然”日趋成为当今人们的主流意识，单纯的生物学医疗模式已经不适应时代发展的需要，而以心理、药物、针灸、按摩为一体的中医学，以其治病求本、疗效明显、不良反应少等优点日趋显示出其优势，越来越受到人们的青睐。

人民创造了中医，选择了中医；中医回归于人民，服务于人民，这是自然和社会同时确定的辩证法。

如何进一步向广大民众普及中医学知识，使中医科学走进百万个社区、千万个家庭和亿万人民群众的心中，是广大中医学工作者的天职和神圣使命。

目前，中医科普领域鱼目混珠、参差不齐。

鉴于此，我们组织我院资深专家，精心编写了这套中医科学养生系列丛书，以更加全面、细致地为人们的健康事业送上一份涵盖疾病预防、治疗、康复等内容的健康大餐。

<<怎么养孩子不生病>>

内容概要

孩子生病后，家长很焦心，不知道该怎么办才好。

针对家长挠头的问题，首都医科大学附属北京中医院的儿科医生们结合自己多年的临床经验，把对儿童的饮食营养、常见疾病以及日常保健的诊断和建议，形成此书，奉献给急需获得健康育儿指导的家长们。

此外，本书还针对不同体质类型和一些常见疾病配有简单实用的方药和食疗餐谱，帮助家长更好地抚育孩子，使他们健健康康地成长。

<<怎么养孩子不生病>>

作者简介

首都医科大学附属北京中医医院，始建于1956年，是北京市唯一的一所市属综合性、现代化三级甲等中医医院。

承担着北京市中医医疗、教学、科研、预防等任务。

医院下设北京市中医研究所、北京市国际针灸培训中心。

医院占地2万余平方米，总建筑面积5万余平方米，开设住院床

<<怎么养孩子不生病>>

书籍目录

前言

第一章 日常饮食保健康

- 1?孩子为什么会生病
- 2?孩子饮食需要注意什么
- 3?辅食添加有哪些注意事项
- 4?孩子不同体质有哪些特点
- 5?如何根据孩子的体质选择饮食
- 6?作为父母，您了解食物的属性分类及功效吗
- 7?孩子平时是否能常吃祛火药
- 8?孩子如何进行四季养生

第二章 常见问题好调养

- 1?孩子上幼儿园爱得病怎么办
- 2?脾胃是孩子疾病的重要防线
- 3?什么样的孩子属于有“积”
- 4?厌食的防治
- 5?肺部疾病饮食养
- 6?甲型H1N1流感的防治
- 7?儿童多动症的防治
- 8?儿童抽动症的防治
- 9?怎样给孩子煎中药
- 10?孩子发高烧，中医有什么好办法
- 11?孩子的血铅值高需要治疗吗
- 12?腹泻的孩子看西医还是看中医好
- 13?孩子黄瘦需要吃补品吗
- 14?孩子为什么爱出汗
- 15?孩子爱出荨麻疹怎么护理
- 16?孩子患鼻炎怎么办
- 17?反复咳嗽不愈怎么办
- 18?为什么有些孩子感冒咳嗽时出现喘憋症状
- 19?孩子上火怎么办
- 20?孩子老肚子疼怎么办

第三章 传染性疾病的护理

- 1?小儿传染性单核细胞增多症的日常护理
- 2?小儿风疹的日常护理
- 3?小儿痢疾的日常护理
- 4?小儿麻疹的日常护理
- 5?小儿腮腺炎的日常护理
- 6?小儿手足口病的日常护理
- 7?小儿水痘的日常护理
- 8?小儿猩红热的日常护理
- 9?幼儿急疹的日常护理

第四章 呼吸性疾病的防治

- 1?小儿发热的家庭护理
- 2?小儿咽炎的预防与护理
- 3?小儿反复呼吸道感染的中医防治

<<怎么养孩子不生病>>

- 4?小儿哮喘的家庭护理
- 5?孩子为什么会出现“鼻塞”
- 6?孩子打呼噜是怎么回事
- 7?小婴儿口腔中出现白屑是怎么回事
- 第五章 消化性疾病的应对
- 1?感冒高烧时出现抽风是怎么回事
- 2?食积是怎么回事
- 3?习惯性便秘如何调护
- 4?腹泻是怎么发生的, 如何调护
- 5?孩子为什么容易发生脾胃不和, 如何调理
- 6?小胖墩是怎么形成的, 怎样预防
- 7?感冒发烧后为何食欲差
- 第六章 简单实用的保健法
- 1?小儿能扎针吗, 针刺能治哪些病
- 2?小儿能艾灸吗, 艾灸能治哪些病
- 3?小儿能刮痧吗, 刮痧能治哪些病
- 4?小儿能拔罐吗, 拔罐能治哪些病
- 5?小儿能做足部按摩吗
- 6?简单易学的小儿按摩法
- 7?孩子遗尿怎么办
- 8?孩子上火眼睛红怎么办
- 9?“冬病夏治”三伏贴是怎么回事
- 10?春季如何预防感冒
- 11?孩子的夏日饮食如何打理
- 12?如何避免孩子停食着凉
- 13?孩子感冒的中医外治疗法
- 14?孩子哮喘有哪些中医外治疗法
- 15?孩子腹泻有哪些中医外治疗法
- 16?孩子近视怎么办
- 17?想让孩子长高该怎么办
- 18?中医如何给孩子看病

<<怎么养孩子不生病>>

章节摘录

插图：怎样才算孩子反复呼吸道感染呢？

孩子反复呼吸道的标准是：0~2岁每年呼吸道感染10次以上（其中下呼吸道感染3次以上）；3~5岁每年呼吸道感染8次以上（其中下呼吸道感染2次以上）；6~12岁每年呼吸道感染7次以上（其中下呼吸道感染2次以上）。

两次呼吸道感染至少间隔7天以上，上呼吸道感染次数不够，可以用下呼吸道感染次数抵，反之下呼吸道感染次数不够，则不能用上呼吸道感染次数抵。

中医治疗孩子反复呼吸道感染，一是治疗急性发作，二是调理平时。

治疗的重点是日常的调理，有些家长在孩子生病时很着急，但不重视平时恢复期的中医调理治疗。

中医治疗孩子反复呼吸道的长项就是要进行中医辨证，即针对每个孩子的体质制定个体化的调理方案，要根据孩子平素的一些表现，如饮食、睡眠、大小便、精神状态、生长发育情况等来分辨孩子到底是属于什么体质。

反复呼吸道的孩子最常见的一般都有中医所说肺脾气虚、阴虚内热或肺胃热盛的体质。

肺脾气虚体质的孩子表现为：身体较瘦、吃饭不好、大便次数较多且偏稀不成型或吃得多拉得多，稍一活动就会大汗淋漓等，舌质淡舌苔薄，舌体胖大边有齿痕；阴虚内热的孩子表现为：身体消瘦，吃饭挑食，这种孩子的特点是不爱睡觉，精力旺盛特别能折腾，舌质红，舌苔很少或舌苔有剥脱（俗称地图舌）、夜间盗汗等；肺胃热盛的孩子表现为：身体偏胖，容易有痰，平时吃得特别多，爱吃肉，易烦躁，大便干，口气重，舌质红，舌苔很厚腻。

<<怎么养孩子不生病>>

编辑推荐

《怎么养,孩子不生病》：解决天下父母最担心的儿童常见病症我国自古相传的中医治病养生方法

<<怎么养孩子不生病>>

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>