

<<农村居民健康素养读本>>

图书基本信息

书名：<<农村居民健康素养读本>>

13位ISBN编号：9787533756857

10位ISBN编号：7533756851

出版时间：2013-1

出版时间：安徽省卫生厅 安徽科学技术出版社 (2013-01出版)

作者：安徽省卫生厅

页数：115

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>

<<农村居民健康素养读本>>

内容概要

2008年，卫生部发布了《中国公民健康素养——基本知识与技能（试行）》，提出了中国公民必须掌握的66条健康素养要点。

《公民健康素养读本丛书：农村居民健康素养读本》就是以健康66条的基础知识为要点，以通俗的语言表达出来，让农民朋友看得明白，用得实在，有病为您当参谋，无病为您保安康。

<<农村居民健康素养读本>>

书籍目录

健康常识篇一、身体健康1 健康新概念2 了解健康素养3 给你的健康保驾护航二、心理健康1 心理健康的标准2 培养健康的心理3 日常生活与心理健康三、健康生活方式1 个人卫生2 家庭卫生3 戒烟限酒4 赌博、迷信的危害5 交通安全饮食与健康篇一、平衡膳食1 膳食的基础——谷类有哪些好处2 蔬菜水果保平安3 我们常吃的富含蛋白质的食物有哪些4 经常食用奶类、大豆及其制品5 常吃适量的鱼、禽类、蛋和瘦肉6 膳食要清淡少盐、少油7 白开水是最佳的饮料三、膳食卫生1 食品的选择2 怎样看食品标签3 认识食品添加剂4 碳酸饮料的危害5 合理贮存食品6 科学烹调食品运动与健康篇1 肥胖与健康2 有氧运动3 最佳的运动计划4 运动贵在坚持5 选择适合的运动生活常识与健康篇一、农村常见意外伤害的急救1 呼吸道异物2 触电3 溺水4 毒蛇咬伤5 煤气中毒6 沼气中毒二、家庭医疗常识与健康1 计划生育2 计划免疫3 妇女保健4 婴幼儿保健5 中老年保健6 认识保健品7 康复锻炼三、生活技能篇1 会测量腋下体温2 会测量脉搏3 急救电话与逃生技巧4 危险标志环境与健康篇一、居住与健康1 庭院规划与住宅2 房屋采光3 居住环境二、饮水与健康1 农村改水2 水源管理3 饮水消毒三、垃圾粪肥与健康1 家禽家畜的管理2 建造使用清洁厕所3 粪便、垃圾的管理四、消灭四种害虫1 灭蚊2 灭鼠3 灭蟑螂4 灭苍蝇五、农业劳动与健康1 安全使用化肥与农药2 农药中毒的救治六、厂矿劳动与健康1 职业病防治法2 职业健康体检3 生产性粉尘危害4 生产性有害气体5 高温作业与中暑6 中毒的救治疾病预防篇一、慢性非传染性疾病的预防1 高血压与心脑血管疾病2 糖尿病3 慢性阻塞性支气管炎4 胃及十二指肠溃疡5 胆囊炎与胆石症6 肩周炎二、传染病的预防1 艾滋病2 病毒性肝炎(乙型肝炎)3 狂犬病4 流行性感冒5 结核病6 腹泻7 疟疾8 血吸虫病9 破伤风三、其他1 牙周疾病与龋齿2 痛风寻医问药篇一、就医须知1 各种医疗机构介绍2 体检与健康3 非处方药物4 安全注射二、新型农村合作医疗1 新型农村合作医疗制度2 参加新农合的对象3 新农合基金的筹集4 医疗费用补偿范围及标准5 参合患者报销补偿需要提供的材料6 参合患者报销补偿时需要注意的事项

<<农村居民健康素养读本>>

编辑推荐

2008年，卫生部发布了《中国公民健康素养——基本知识与技能(试行)》，提出了中国公民必须掌握的66条健康素养要点。

《农村居民健康素养读本》(作者安徽省卫生厅)就是以健康66条的基础知识为要点，以通俗的语言表达出来，让农民朋友看得明白，用得实在，有病为您当参谋，无病为您保安康。

<<农村居民健康素养读本>>

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>