第一图书网, tushu007.com

<<让孩子骨骼更强壮>>

图书基本信息

书名：<<让孩子骨骼更强壮>>

13位ISBN编号：9787541979552

10位ISBN编号：7541979554

出版时间：2000-10

出版时间：村上宝久、孙逊、 杨晓钟 陕西人民教育出版社 (2000-10出版)

作者：村上宝久

页数：164

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

<<让孩子骨骼更强壮>>

内容概要

《让孩子骨骼更强壮（儿童骨骼发育手册）》的目的之一，就是为那些对自己孩子的身体抱有不安的母亲们提供一本浅显易懂的入门书。
这本书对骨骼的结构、骨骼以及关节的伤病进行了讲解，但并非只局限于此。
骨骼是身体的中心，骨骼的健壮与否与孩子能否健康地成长是紧密相关的。
通过阅读《让孩子骨骼更强壮：儿童骨骼发育手册》，如果能对您如何养育一名骨骼健壮、身心健康的孩子有所帮助的话，我们将不胜荣幸。
人们常说健全的精神来自健康的身体。
把孩子培养成为拥有一副结实、健壮体格的青少年——也就是使他们具有朝气蓬勃的精神——这是父母的力量能够办到的。
《让孩子骨骼更强壮：儿童骨骼发育手册》愿在此助您一臂之力。
最后还有一点请您不要忘记，当您阅读过这本书后，也许您会对自己孩子在日常生活中出现的一些现象进行诊断。
在这里有必要提醒您，这种外行进行的诊断是十分危险的。
如果您感到您的孩子有什么异常或不适，首先要请专科医生进行诊断。
《让孩子骨骼更强壮：儿童骨骼发育手册》也会有助于您更好地理解医生为您所作的说明。

作者简介

作者：（日本）村上宝久 译者：孙逊 杨晓钟

<<让孩子骨骼更强壮>>

书籍目录

让孩子骨骼更强壮前言骨骼健壮的孩子才能健康地成长现在的孩子身体出现了异常？
！
弓心消失了背骨弯曲稍微一动就发生骨折O形腿、X形腿的孩子显著增多1 最近显著呈现的身体异常关于孩子骨骼、身体健康状况的测验六十问身体的异常1在幼儿园和保育院身体的异常2小学阶段身体的异常3中学阶段身体的异常1二十年来孩子所患的疾病也在发生变化身体的异常5脆弱但却高大的体格饮食生活的异常现代的孩子喜欢营养价值低的速食食品环境的异常“ 我想玩 ”！
但是“ 玩不成！
”2 孩子骨骼成长的结构骨骼是由约350块成长为206块的生长激素使身体和骨骼成长软骨变成硬骨孩子的骨骼发育成成人的骨骼骨骼由于部位不同成长的年龄也不同钙和磷对骨骼的作用骨骼中的蛋白质和钙紧紧地结合在一起骨骼进行适当的运动就会坚实地成长孩子的身体因年龄而发生变化……3 骨骼、关节的烦恼，障碍诊疗室4 必要的紧急治疗措施5 使骨骼强健的生活处方

<<让孩子骨骼更强壮>>

章节摘录

版权页：插图：弓心部分的脚弓塌陷，脚部呈外翻扁平足的孩子最近明显增加，扁平足造成下肢疼痛的例子也非常多。
孩子的脚弓是从上幼儿园开始到3岁左右时形成的，在这期间，孩子很少自己走路，所以脚弓也未完全发育。
幼小的孩子，即使脚弓已经形成，如果不进行走路或跑步锻炼的话，也会退化。
最近由于环境的原因，使孩子得不到充分的运动，这一点请多多注意。
从统计数字看，最近O形腿和X形腿的孩子有所增多，其中大部分与其说是病倒不如说是生理方面的原因。
很多母亲看到孩子的腿弯曲或是内八字脚走路时，便带孩子去了医院，这也是发现率提高的原因之一。
孩子腿的形状直到7岁都一直发生着变化，腿多少有些弯曲不必太担心。
但是也有超过了生理范围成为病态的，如果您很介意，最好还是带孩子去医院做一下诊断。
其实，0形腿大都是由于生理或遗传的原因造成的，而由骨骼疾病造成这种情况的例子并不多。
内八字脚走路如果单单是个习惯的话，那么随着身体的发育和成长，大部分都是可以改正过来的。

编辑推荐

《让孩子骨骼更强壮:儿童骨骼发育手册》：科学育儿丛书。

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