

<<我的健康我做主>>

图书基本信息

书名：<<我的健康我做主>>

13位ISBN编号：9787564123536

10位ISBN编号：7564123532

出版时间：2010-8

出版时间：陆永贵 东南大学出版社 (2010-08出版)

作者：陆永贵 编

页数：100

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>

## <<我的健康我做主>>

### 前言

中国古代医学名著《黄帝内经》认为预防疾病比治疗已经发生的疾病更为重要，提出了“不治已病治未病”的观点。

中国民间也有“大水不到先垒坝，疾病未来早预防”的防病谚语。

要搞好疾病的预防，必须要知晓一点防病保健的知识，通过了解疾病发生的原因、消除疾病发生的手段、提高身体健康水平的途径等知识，达到减少疾病、促进身心健康的目的。

这一点对于出境从事劳务工作的同志来讲尤其重要！

多年来，江苏出入境检验检疫局持续开展对出境劳务人员健康防病知识的宣传，在预防艾滋病、疟疾以及其他境外传染病方面，取得了较好的效果。

随着江苏出境劳务人员的逐年增多，目前还缺乏出境劳务人员专用的健康防病书籍，现有的书籍未能提供出境劳务人员迫切想了解的一些信息。

为解决这一问题，江苏出入境检验检疫局组织相关专业人员编写了《我的健康我做主——出境劳务人员防病知识读本》，以期能进一步加强对劳务人员健康防病知识宣传的针对性、有效性。

江苏省卫生厅对于此书的编写出版给予了一如既往的大力支持。

该书以增强出境劳务人员防病意识为目的，充分考虑出境劳务工作者的特点，介绍了出入境人员健康危害、常去目的地国家或地区传染病知识以及境外正确的生活习惯等内容，尽量做到了图文并茂、语言通俗，适合出境劳务人员和旅行者使用。

## <<我的健康我做主>>

### 内容概要

《我的健康我做主：出境劳务人员防病知识读本》以增强出境劳务人员防病意识为目的，充分考虑出境劳务工作者的特点，介绍了出入境人员健康危害、常去目的地国家或地区传染病知识以及境外正确的生活习惯等内容，尽量做到了图文并茂、语言通俗，适合出境劳务人员和旅行者使用。

## <<我的健康我做主>>

### 书籍目录

概述第一章 出境劳务人员常见的健康危害第二章 常去目的国家或地区传染性疾病预防介绍第三章 境外正确生活习惯介绍第四章 重大传染病介绍附录1.江苏国际旅行卫生保健中心简介2.江苏国际旅行卫生保健中心及分中心一览表

## <<我的健康我做主>>

### 章节摘录

插图：（2）高原反应：在高原地带，有引起肺水肿、脑水肿的危险，并可能导致极度昏厥，伴呼吸困难、眩晕、头痛和呕吐。

（3）高温和高湿环境：在高温、高湿的环境或在这两种条件下，强体力劳动可因失水、失盐引起虚脱和重度中暑；皮肤霉菌感染（如脚癣）；阳光紫外线的强烈照射对浅色皮肤的人种，会引起日光性皮炎。

（4）野外动物叮咬损伤：如蚊虫、虻、蠓、蝙蝠、狗、猫、蛇等动物咬伤或抓伤，对外出野营或在农村地区作业的人尤其要重视。

2. 传染性疾病引起的健康危害（1）寄生虫病：如血吸虫病、蠕虫病、绦虫病、丝虫病等。

（2）肠道传染病：如痢疾、霍乱、伤寒、肝炎、感染性腹泻。

（3）虫媒传染病：如疟疾、登革热、黄热病、利什曼病、黑热病、乙脑等。

<<我的健康我做主>>

编辑推荐

《我的健康我做主:出境劳务人员防病知识读本》由东南大学出版社出版。

<<我的健康我做主>>

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>