

<<家有老人>>

图书基本信息

书名：<<家有老人>>

13位ISBN编号：9787801943330

10位ISBN编号：7801943333

出版时间：2005-2

出版时间：人民军医出版社

作者：吕红主编

页数：304

字数：309000

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>

## <<家有老人>>

### 内容概要

本书系作者根据护理学基本理论及丰富的临床护理工作经验，针对老年人常见健康问题及常见疾病的家庭护理编写而成。

由做个健康的老年人、常见疾病与护理、护理技能知识三部分组成。

以问题解答的形式讲述影响老年人健康的常见问题，如饮食、睡眠、便秘、心理等，以及危害老年人健康的各种疾病的病因、临床表现、防治与护理、护理技能知识等。

对老年人家庭护理具有实际的指导作用。

内容丰富，形式活泼，通俗易懂，具体实用。

适用于老年人及家属、老年福利院医护人员及家庭护理人员阅读参考。

## <<家有老人>>

### 作者简介

吕红，1967年出生。

1983年入伍，从事临床护理工作，现任解放军第105医院门、急诊部护士长。

2000年参与安徽省保健主编的《中老年自我保健知识》一书的编写，发表论文及保健文章40余篇。

获国家专利五项，荣立三等功一次。

科研言向：老年护理及急诊护理。

## <<家有老人>>

### 书籍目录

第一篇 做个健康的老年人 第1章 客观地认识老年 1 衰老的外表变化 2 组织器官的变化 3 心理的变化  
第2章 养成良好的生活习惯 1 保证良好的睡眠 2 建立良好的饮食习惯 3 注意大便通畅 4 培养良好情趣  
第3章 健康新概念 第4章 合理安排饮食 1 人体所需营养物质 2 适宜老年人的食品 3 介绍几种对身体  
有影响的食品及食疗方法 第5章 生命在于运动 1 适宜的身体锻炼 2 老年人身体锻炼的重点 3 介绍几种  
锻炼方法 4 老年人身体锻炼时的注意事项 第6章 拥有一个健康的心理 1 心理年龄和老年人健康心理标  
准 2 老年人的心理健康问题 3 促进老年人身心健康的措施 附：家人应尽的责任 1 在健康方面应做的  
事情 2 在精神方面应做的事情 3 在生活方面应做的事情 第7章 夫妻恩爱、快乐享受晚年生活 1 正确  
对待老年性生活 2 老年人性生活的常见问题及注意事项 3 老年人保持性生活和谐的措施 4 老年人再  
婚及性生活上应注意的事项 第二篇 常见疾病与护理 .....附录A 临终关怀护理技能附录B 老年人用具  
附录C 老年人意外伤害防护与急救技能

<<家有老人>>

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>