第一图书网, tushu007.com

<<感冒轻松应对>>

图书基本信息

书名：<<感冒轻松应对>>

13位ISBN编号：9787810864282

10位ISBN编号：7810864289

出版时间：2008-3

出版时间：第四军医大学出版社

作者：王强虎

页数：242

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

前言

感冒属常见病、多发病，且普通感冒症状较轻，故易被人们忽视，况且有的人认为“伤风感冒不算病，不治也能好”。
其实，对于感冒，尤其是流行性感冒，是不能小看的，应及时治疗，并积极预防。
因为感冒是“百病之源”，它对于人的健康影响很大。
特别是老年人、婴幼儿、体质虚弱者，发生上呼吸道感染后，很容易继发气管炎，乃至肺炎，甚或造成死亡。
经常患感冒的人，如果机体抵抗力再度下降，还可继发多种疾病，如并发急性肾炎、心肌炎，或风湿病等。
另外，某些急性传染病的早期表现与上呼吸道感染的症状非常相似，如麻疹、脊髓灰质炎小儿麻痹症、流行性脑脊髓膜炎等，常常容易误诊。
因此，必须把感冒看成是人体健康的“信号灯”，积极预防，及时治疗，尤其对于小儿感冒更应在及时治疗的过程中，细心观察，防止继发他病。
本书从中西医两个方面，对感冒的病因病机、临床表现、辨证分型、预防治疗、感冒后的各种康复调理方式，以及对不同人群感冒的预防和治疗做了较为详尽的论述。

内容概要

本书共分7章，从中西医两方面对感冒的病因病机、临床表现、辨证分型、预防治疗，感冒后的各种康复调理方式，以及对不同人群感冒的预防和治疗等都作了较为详尽的论述。
内容丰富，条理分明，深人浅出，简明扼要，易于应用，适用面广，是一本全面反映感冒的预防、治疗和调养等相关知识的保健图书。

作者简介

王强虎，陕西华县人，主任医师，现为全国针灸临床研究中心陕两中心副主任，国内著名养生学专家，健康类畅销书作者。
截止2007年底已在国内数家出版社出版医学科普著作逾700万字，其中由第四军医大学出版社出版的《消化性溃疡调养宜忌》、《中老年人健康生活宜忌》被列入20

<<感冒轻松应对>>

书籍目录

第1章 了解感冒的基本知识 感冒与流行性感冒一样吗 中医认为感冒的病因是什么 感冒是百病之源 上火与感冒是一回事吗 容易与感冒相混淆的疾病 感冒后为什么流鼻涕、有鼻音 感冒后为什么耳闷、变声、眼红、流泪 有人感冒为什么伴有便秘 春天，别把花粉过敏当感冒 夏季感冒有什么特点 暑湿型感冒与急性胃肠炎的鉴别 中暑与暑湿感冒的区别 为什么冬季易患感冒 不要把慢性疲劳当感冒 感冒患者的实验室检查 脾气不好的人为什么易患感冒 流行性感冒是如何确诊的第2章 感冒后如何进行饮食调理 感冒食疗好处多 维生素A能抗感冒吗 富含锌的食物可抗击感冒 富含铁的食物能预防感冒吗 感冒后应禁忌吃的食物 如何用药茶方自疗感冒 如何用药粥方自疗感冒 如何用汤羹方自疗感冒 防治感冒的常用药酒有哪些第3章 感冒后如何进行起居调养 感冒期间的四点注意 为什么感冒后要强调休息 多睡为什么有利于治感冒 感冒了是否应该多喝水 季节与感冒有关吗 感冒后捂汗须谨慎 感冒后为什么不宜戴隐形眼镜 感冒时为何不宜吸烟 感冒时为什么不宜开车 感冒发烧时为什么不可人浴 感冒后为什么不宜运动 感冒期间过性生活好不好 感冒指数的含义和使用 你知道导致感冒高峰的天气吗 穿衣指数与感冒有关吗 防治感冒要注意脚部保暖 冬天室温保持在18℃不容易感冒第4章 如何用西医西药治感冒 大剂量维生素C能防治感冒吗 感冒了该用西药还是用中药 感冒了，你该如何选用西药 如何选用止咳祛痰药 读药品说明书要看“禁忌证” 感冒后吃退热药的三个弊端 胃病患者不宜服用感冒通 感冒后莫热衷于输液治疗 普通感冒不必使用抗生素 流行性感冒的治疗方法 哪些感冒并发症需用抗生素 感冒合并细菌感染时用抗生素的宜忌 感冒后常选用的滴鼻剂 感冒后如何正确使用滴鼻剂 感冒咳嗽时用止咳药的原则第5章 感冒了如何选中医中药 感冒的中医辨证施治方法 治疗感冒的中成药有哪些 感冒咳嗽该如何选用中药止咳祛痰 洗鼻腔疗法治感冒 滴鼻疗法治感冒 鼻孔塞药与电热风疗法治感冒 鼻腔吸入疗法治感冒 擦抹疗法治感冒 敷布疗法治感冒 盐包按摩疗法治感冒 刮痧疗法治感冒 中药浴足疗法治感冒 中药泡澡疗法治感冒 揉搓迎香穴能治疗感冒 揉搓手掌鱼际能预防感冒 指压大椎穴治感冒 指压合谷穴防治感冒 指压风池穴防治感冒 人中穴涂清凉油能治疗感冒 感冒的艾灸治疗方法 拔罐治感冒的用火方法 脚底敷贴涌泉穴能治疗感冒第6章 特殊人群感冒了应该怎么办 婴幼儿为什么容易患感冒 婴幼儿反复感冒宜防心脏病 怎样区分婴幼儿肺炎与感冒 如何科学判断婴幼儿体温 口温与肛温的测量操作方法 如何知道婴幼儿已感冒 婴幼儿感冒后如何护理 婴幼儿感冒，鼻子不通气怎么办 婴幼儿感冒应警惕的现象 母乳喂养能减少婴幼儿感冒 小儿感冒时为何常有腹痛 儿童退热药的使用方法 儿童退热可选用的物理降温法 莫把儿童过敏性鼻炎当感冒 儿童川崎病莫与感冒相混 儿童感冒慎用巴米尔（阿司匹林） 儿童感冒的按摩治疗方法 防治小儿感冒的中成药 孕妇感冒对胎儿有什么影响 孕妇如何预防感冒 孕妇使用抗感冒药的基本原则 孕妇感冒了能不能吃中药 产妇分娩后宜防感冒 产后感冒不宜发汗 老年人不要轻视感冒带来的危害 老年人感冒有四大特点 注意老年人感冒用药的规律性 老年人为什么应慎服感冒药 老年人为何要慎用清热型中药 老年人感冒要慎选康泰克第7章 感冒，我该如何预防 感冒后免疫力可维持多久 免疫力低下是反复感冒的根本原因 疫苗接种预防感冒并非万能 流行性感冒的疫苗接种预防 用板蓝根防感冒并不可取 熏醋法能预防感冒吗 丙种球蛋白预防感冒该如何使用 卡介苗能预防感冒吗 转移因子能用来预防感冒吗 疫苗接种法是预防流感的主要方法 有人接种了流感疫苗为什么还感冒 喝牛初乳能够预防感冒吗 防感冒：冷水洗浴效果好 冷水洗脸为什么能预防感冒 “春捂秋冻预防感冒”应正确理解参考文献

章节摘录

第1章 了解感冒的基本知识　　感冒与流行性感冒一样吗　　感冒是指感受风邪，出现鼻塞、流涕、喷嚏、咳嗽、头痛、恶寒发热、全身不适等症状的一种常见外感病。
本病一年四季皆可发生，但以冬、春两季最为多见，不同年龄、性别的人群发病无明显差异。
　　感冒分为普通感冒和流行性感冒。
普通感冒是由鼻病毒、冠状病毒等多种病原体引起的急性上呼吸道感染，临床上主要有以下症状：鼻塞、流涕、喷嚏、头痛、发热等。
　　流行性感冒简称“流感”，主要是由流感病毒所致的急性上呼吸道传染病。
流感病毒分为甲、乙、丙三型，其中甲型抗、原极易发生变异，因此流感大流行均由甲型病毒引起。乙型和丙型呈局部小流行或散发。
流行性感冒常有明显的流行季节，以冬、春季节较多，主要是通过与病人接触时经空气飞沫感染。
流行性感冒多起病急，全身症状较重，高热、全身酸痛、眼结膜炎症状明显，但鼻咽部症状较轻。
　　流感对人体的潜在危害要远远大于普通感冒。
流感可引发身体多系统病变，包括中耳炎（耳道感染）、鼻窦炎、支气管感染、心肺疾病的恶化、充血性心力衰竭和哮喘等。
　　温馨提示　　人类的感冒，90%以上是由各类呼吸道病毒引起的，由细菌引起的只是极少数。
病毒比细菌小得多，它们的生长特点是细胞内寄生，即侵入人的细胞后，躲在细胞内生长繁殖。
目前使用的各种抗生素几乎都很难进入细胞内，所以，抗生素对病毒是没有作用的。

编辑推荐

《感冒轻松应对》感冒是呼吸系统中最常见的一种疾病，容易被人们忽视，但感冒对人的健康影响很大，容易继发气管炎、肺炎等多种疾病，甚至造成死亡，可以说感冒是“百病之源”。
《感冒轻松应对》介绍了感冒的病因病机、临床表现、辨证分型、预防治疗，感冒后的各种康复调理方式，以及对不同人群感冒的预防和治疗等。

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