

# 《家庭护理与康复》

## 图书基本信息

书名：《家庭护理与康复》

13位ISBN编号：9787504830586

10位ISBN编号：7504830585

出版时间：1999-10

出版社：农村读物出版社

页数：259

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

## 书籍目录

### 目录

#### 出版者的话

#### 前言

#### 一、康复医学走进家庭

- (一) 掌握一点按摩手法
- (二) 记住一些常用穴位
- (三) 针刺艾灸要点
- (四) 基本活动功能的训练
- (五) 谈谈拐杖的选择和运用
- (六) 轮椅的选用原则及训练

#### 二、方便易行的物理疗法

- (一) 热疗知识点滴
- (二) 漫谈光疗
- (三) 电疗ABC
- (四) 神秘的磁疗
- (五) 浪漫的浴疗

#### 三、随手而来的运动疗法

- (一) 指挥运动的最高司令部 大脑
- (二) 参与运动的肌肉
- (三) 教会您锻炼的方法

#### 四、让偏瘫病人重新走路和说话

- (一) 偏瘫康复侧重“未病先防”
- (二) 防止肢体残废从急性期开始
- (三) 恢复期康复应协调综合地进行
- (四) 让病人张口学说话
- (五) 发音结构与语言训练

#### 五、糖尿病的康复从这儿开始

- (一) 究竟什么是糖尿病
- (二) 饮食调养是最基本的治疗方法
- (三) 运动也是一种降糖手段
- (四) 自我监测是保证治疗效果的重要手段

#### 六、健康生活助您远离高血压

- (一) 血压多高才算高血压
- (二) 预防高血压着眼于起居 饮食 运动
- (三) 物理康复与体育锻炼
- (四) 中药与药膳

#### 七、保护好您的心脏

- (一) 冠心病的预防和康复是多方面的
- (二) 药物康复
- (三) 物理康复
- (四) 家庭药膳介绍

#### 八、打开心肌供血的通路

- (一) 警惕急性心肌梗塞的先兆
- (二) 急性心肌梗塞后病人的康复
- (三) 陈旧性心肌梗塞后康复

#### 九、颈椎骨刺与颈椎病

- (一) 颈椎结构与形形色色的颈椎病

(二) 推拿按摩应该辨证施法

(三) 牵引也是一种治疗手段

(四) 用围领把颈椎固定起来

(五) 掌握好休息、运动的时机与度

(六) 把中药导入治疗部位

### 十、肩关节周围炎家庭康复的实际价值

(一) 推拿按摩、通络止痛、松解粘连

(二) 功能锻炼是治愈肩周炎的重要环节

(三) 家庭温灸热熨与刮痧疗法

(四) 家庭护理

(五) 心病还需心药医

(六) 对于疼痛和肌肉萎缩的对症处理

### 十一、给烦人的腰椎间盘突出症定个康复规矩

(一) 防治原则及要点

(二) 推拿按摩不一定把突出物推回去

(三) 腰腿痛一般护理规范

(四) 家庭牵引疗法的实施

(五) 给腰背部上个支架

(六) 腰腿痛病人的饮食问题

(七) 请注意平时的姿势

(八) 心理康复同样重要

(九) 为什么说休息也是治疗

(十) 脊柱病人睡软床好吗

(十一) 功能锻炼是腰病康复的良方

### 十二、恢复灵巧和精细运动是上肢骨折的康复目标

(一) 常见的上肢骨折及早期处理

(二) 早期功能康复静中有动

(三) 中期功能康复方法

(四) 后期功能康复方法

### 十三、下肢骨折的康复在于恢复负重的稳定性

(一) 股骨颈和粗隆间骨折

(二) 股骨干骨折

(三) 膝部骨折

(四) 胫腓骨骨折

### 十四、人体的大梁断了以后

(一) 话说脊梁骨骨折

(二) 一个截瘫病人的启示

(三) 容易被忽视的脊柱骨折

(四) 垫在腰背部的枕头

(五) 脊柱骨折后能睡席梦思床吗

(六) “拱桥”与“飞燕”练功

(七) 截瘫病人的护理

### 十五、得了面神经麻痹后怎么办

(一) 怎样治疗面瘫

(二) 面瘫病人自己能做些什么

### 十六、让脑瘫的宝宝动起来

(一) 搞清楚脑瘫的分类

(二) 推拿的妙用

(三) 合理运用针刺拔罐

(四) 在游戏中得到训练

### 十七、类风湿性关节炎病人应该怎么进行康复

(一) 洗澡就能治病

(二) 热敷、中药薰蒸、消肿止痛

(三) 拔罐疗法驱风散寒

(四) 随处取材的泥疗法除湿活血

(五) 运动是康复治疗的最佳方法

(六) 介绍几种常见的理疗方法

### 十八、强直性脊柱炎的运动康复

(一) 增强早期诊断及治疗的意识

(二) 保持良好姿势，预防致残

(三) 运动疗法的主要针对目标

(四) 怎样进行运动治疗

(五) 洗浴、热疗可以治病

(六) 按摩 拔罐与理疗

### 十九、从桑兰的伤情谈截瘫和四肢瘫的康复

(一) 截瘫和四肢瘫是什么含义

(二) 截瘫和四肢瘫是怎么造成的

(三) 发生外伤时怎么办

(四) 截瘫和四肢瘫的家人该做些什么

(五) 具体的康复训练从这里开始

### 二十、防止坚实的骨骼变得疏松脆弱

(一) 防治原则及要点

(二) 二三十岁补钙，一生受益

(三) 药补不如食补

(四) 防治骨质疏松症的合理配餐

(五) 防治骨质疏松症应避免不合理配餐

(六) 减少钙损失的合理烹调及食品贮藏方法

(七) 骨质疏松病人吃咸还是吃淡

(八) 生命在于运动

(九) 学一些家庭药膳

### 二十一、请关注久病卧床老人的康复

(一) 久病卧床老人容易出现什么问题

(二) 预防褥疮的发生

(三) 痰多怎么办

(四) 如何保持大小便的通畅

(五) 不要让肢体关节废用

(六) 不能忽视心理的康复

(七) 有关进补的问题

### 二十二、恶性肿瘤的康复

(一) 传统方药康复法

(二) 饮食疗法

(三) 运动还您健康

(四) 心理治疗

(五) 音乐疗法

# 《家庭护理与康复》

## 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：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)