

《儿童脊柱侧弯78问》

图书基本信息

书名：《儿童脊柱侧弯78问》

13位ISBN编号：9787516300916

10位ISBN编号：7516300918

出版时间：2013-1

出版社：刘益善 军事医学科学出版社 (2013-01出版)

作者：刘益善 编

页数：149

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.tushu111.com

《儿童脊柱侧弯78问》

内容概要

《儿童脊柱侧弯78问(彩图版)》由中央电视台综合频道《生活早参考》节目、北京体育广播《百姓健康大讲堂》节目等多家节目联合推荐。脊椎侧弯在少年儿童中发生率高达20%！中国儿童的脊椎问题已经相当突出。早发现、早治疗，适当运动，合理膳食是预防儿童脊柱侧弯的法宝。

《儿童脊柱侧弯78问》

作者简介

刘益善，1964年生，保健空军总医院中西医结合正骨治疗科副主任医师。1989年毕业于第四军医大学，获得学士学位；2007年哈尔滨医科大学研究生毕业，获得硕士学位。1991年师从冯天有教授，学习并掌握了“新医正骨疗法”，擅长保守治疗“巨大型腰椎间盘突出症”“重症神经根型颈椎病”及“脊髓型颈椎病”等疾病，已诊治患者30余万人次。

《儿童脊柱侧弯78问》

书籍目录

PART1不完美的“脊柱”朋友 1.儿童脊柱特点知多少 2.坚强的“脊柱”生病了 3.“脊柱”已经生病了该怎么办 4.“脊柱”病倒了，想长长不高 5.“脊柱”病倒了，生活好艰难 6.“脊柱”生病了一定要手术吗 7.好害十白手术啊，还有其他办法吗 8.发现孩子脊柱侧凸，爸爸妈妈应该做什么 RART2全文脊柱外科专家答家长问 9~24脊柱侧弯问题一网打尽 25~33颈椎疾病疑难大搜索 35~38胸椎疾病指点迷津 39~44腰、骶椎疾病疑案大解决 PART3小事中藏着大智慧 45.向解放军叔叔学站立 46.跟司仪阿姨学坐姿 47.向唐僧师傅学卧姿 48.跟空乘姐姐学走路 49.向运动员哥哥学跑步 50.我爱“袋鼠”蹦蹦跳 51.“捏脊疗法”真奇妙 52.洗澡时我们该注意什么 PART4脊柱保健的四季宝贝计划 53.春来脊柱多“升发” 54.夏宜游泳少“冷坐” 55.秋“防”事项最是多 56.冬“重”保暖“要”做活 PART5一二三，我们一起来运动 57.脊柱保健跟我做 58.运动锻炼前必看宝典 59.爱吊单杠别受伤 60.扩胸运动练练看 61.学学“小燕”展翅飞 62.仰卧起坐适量做 63.爱美爱健康、要做哑铃操 64.运动完不算完，平静恢复才安全 PART6营养你的脊柱 65.脊柱健康与营养素关系连连看 66.儿童膳食特点指南 67.儿童脊柱“连线”动物性食品 68.儿童脊柱健康密切相关的蔬菜 69.让你的脊柱充满能量——粮食 70.脊柱健康中的缤纷水果滋味 PART7好食谱自己会说话 71.“猪八戒寻找宝莲灯”的故事之“五彩盏+虾米冬瓜海带汤+玉米白面窝头” 72.“后羿射日”的故事之“宫爆鸡丁+米饭+西湖牛肉羹” 73.“爱丽丝梦游仙境”的故事之“西兰花烩牛肉丸+米饭+紫菜蛋花汤” 74.“方方与圆圆花花世界历险记”的故事之“肉丸子烩豆腐丁+花馍+鳕鱼粥” PART8发达国家儿童“食游记” 75.美国小朋友都爱吃什么 76.德国小朋友的一日饮食 77.参考日本儿童食谱 78.瑞典小孩的早中晚餐 PART9聆听患者的故事 后记 参考文献

《儿童脊柱侧弯78问》

章节摘录

版权页：插图：幼儿的头部总歪向一侧，要到医院确定是不是斜颈，早期斜颈可以采用按摩等方式来纠正，别着急，去医院找专业医院看一下吧。26.如何判断孩子是否患有先天性斜颈呢 既然有两位家长问到这个问题，我就来教大家几招。一般情况下，斜颈的孩子头总歪向一侧，如在平躺时，小宝宝倾向睡同一侧；而在坐姿时，头固定转向一边。父母可尝试吸引宝宝左右看，会发现宝宝头颈部转动有困难。用手触诊颈部，如有明显硬块或肌肉纤维化的现象，基本就可以诊断。27.请问轻微骨性斜颈又该怎么办 凡因颈椎先天发育畸形（融合、缺如、骨化）或后天伤、病，造成颈椎的改变引起的颈斜者均为骨性斜颈，早期以观察为主，可以佩戴颈托给予矫正，运动时避免外伤。如出现神经症状或者严重畸形，可考虑手术治疗。

《儿童脊柱侧弯78问》

编辑推荐

《儿童脊柱侧弯78问(彩图版)》技术、理论精选合理、重点突出；图文并茂、简单易学，是广大业余爱好者看图索骥、自修自医的最通俗的读本。我衷心地祝愿该系列丛书能给广大读者带来健康和安全的福音。

《儿童脊柱侧弯78问》

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.tushu111.com