

《新编卫生保健手册》

书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2005年04月01日

开本：

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787800157028

内容简介

本书是基层官兵实用丛书中的《新编卫生保健手册》。全书共分七部分，内容包括：一般卫生保健、衣食住行的卫生保健、训练中的卫生保健、行军中的卫生保健等等，以问答的形式解答了上述方面的问题。

本书内容全面，形式新颖，通俗易懂，具有融理论性、知识性及实用性为一体的特点，可供广大基层部队使用。

目录

前言

一般卫生保健

怎样保持良好的情绪？

睡眠时间多长为宜？

为什么说吸烟是健康的大敌？

怎样正确对待手淫？

怎样保护面部皮肤？

面部长疖子为什么不能挤？

乱取痣有什么害处？

为什么不要拔胡子？

为什么有的青年人脸上长粉刺？

如何消除口臭？

怎样保护牙齿？

怎样治疗“虫牙”？

为什么不要乱刮舌苔？

饭后吐酸水怎么办？

眼睛里进了沙子怎么办？

见风流泪是怎么回事？

得了“针眼”怎么办？

看电视怎样保护视力？

为什么不要随便挖耳道？

为什么不可盲目剪鼻毛？

经常流鼻血怎么办？

如何防治打呼噜？

酸倒牙是怎么回事？

刷牙时出血是怎么回事？

怎样矫正口吃？

.....

衣食住行的卫生保健

训练中的卫生保健
行军中的卫生保健
疾病防治
意外伤害的急救
合理安全用药

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.tushupdf.com](http://www.tushupdf.com)