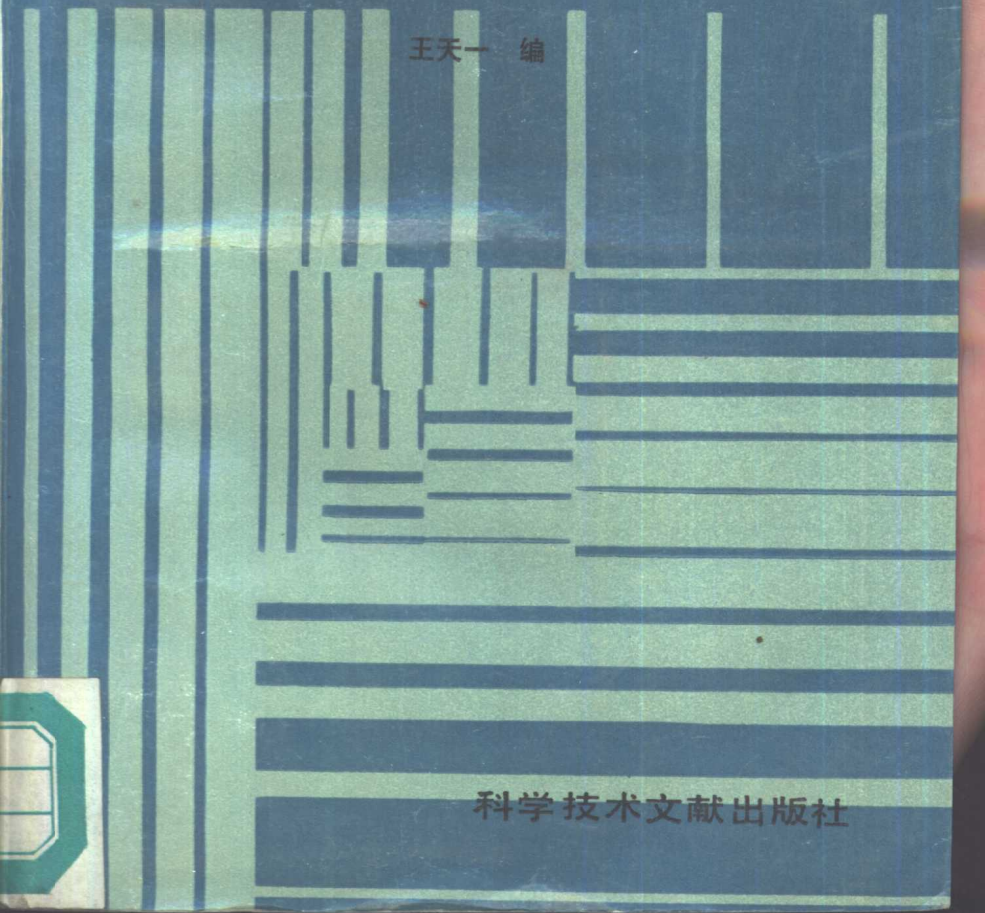




身边的科学

——医药卫生、幼儿教育

王天一 编



科学技术文献出版社

身边的科学

——医药卫生、幼儿教育

王天一 编

科学技术文献出版社

1987

内 容 简 介

本书是《身边的科学》的第二部分，其内容包括医药、卫生和幼儿教育知识。在医药、卫生知识方面，着重介绍了各种常见病的预防和治疗以及常用药的科学使用，现代卫生知识的科学运用和卫生与人体健康的关系等。在幼儿教育知识方面，着重阐述了如何进行幼儿早期文化教育和思想品德教育，如何开发幼儿智力以及在幼儿教育中如何注意幼儿健康等。

本书可供广大工人、农民、青年和各行各业的读者参阅。

身边的科学 ——医药卫生、幼儿教育

王天一 编

科学技术文献出版社出版

中国科技情报所印刷厂印刷

新华书店北京发行所发行 各地新华书店经售

787×1092毫米 32开本 14.575 印张 308千字

1987年11月北京第一版第一次印刷

印数：1—20,000 册

科技新书目：153—044

统一书号：14176·248 定价：3.15元

ISBN 7-5023-0030-9/R·3

目 录

医 药 知 识

怎样防治中风	(1)
怎样防治心绞痛	(3)
心肌梗塞病人应注意什么	(5)
冠心病患者应常备哪些药	(6)
肺心病患者应注意什么	(7)
心脏“偷停”就是得了心脏病吗	(8)
什么叫窦性心律 窦性心律是心脏病的症状吗	(9)
怎样测定心脏功能	(10)
做心电图对人体健康有影响吗	(10)
高血压患者应注意什么	(11)
怎样防治甲型肝炎和乙型肝炎	(13)
肝大不一定就是得了肝炎	(17)
怎样防治哮喘病	(17)
怎样用中药治疗慢性支气管炎	(18)
咳嗽应服哪些药	(19)
怎样用按摩的方法治疗“三叉神经”痛	(19)
怎样防治胃炎、胃溃疡	(20)
怎样防治胃下垂	(21)
怎样早期发现胃癌	(22)
怎样防治腹泻	(23)

怎样防治眼外伤	(24)
怎样防治红眼病	(25)
怎样防治沙眼	(26)
怎样预防近视眼	(27)
怎样防治眼花症	(28)
怎样防治“风流眼”	(29)
怎样给眼、耳、鼻上药	(29)
色盲遗传吗	(30)
怎样防治风湿病	(31)
心脏病病人怀孕怎么办	(32)
怎样防治妇女慢性肾盂肾炎	(33)
怎样防治子宫脱垂	(34)
怎样防治妇女更年期疾病	(34)
妊娠流血是子宫颈癌的症状吗	(35)
男同志结扎后应注意什么 手术后还能干重活吗	(36)
怎样早期发现乳腺癌	(36)
怎样采取饮食疗法医治绝经综合症、咳嗽、便秘、 冠心病	(37)
怎样治疗缺铁性贫血	(38)
怎样防治蛔虫病	(40)
怎样预防囊虫病	(41)
怎样预防“倒牙”	(42)
怎样防治牙龈出血	(43)
怎样预防龋齿	(44)
怎样防治牙周病	(45)
拔牙后应注意什么	(46)

牙齿发黄怎么办.....	(47)
怎样用按摩法治疗慢性鼻炎.....	(48)
怎样治疗经常打嗝.....	(49)
怎样治疗口疮.....	(49)
怎样防治伤风感冒.....	(50)
怎样用中成药治疗感冒.....	(51)
怎样治疗各种类型的头痛.....	(52)
怎样防治冻伤.....	(54)
怎样治疗烫伤.....	(55)
怎样防治口臭.....	(55)
怎样治疗狐臭.....	(56)
怎样防治狂犬病.....	(57)
怎样防治少白头.....	(58)
怎样治疗鸡眼.....	(59)
怎样防治脚气.....	(60)
怎样治疗瘰子、肉瘤.....	(61)
怎样治疗骨折.....	(61)
怎样治疗闪腰岔气.....	(62)
怎样排除异物.....	(63)
怎样预防副霍乱.....	(64)
怎样预防乙型脑炎.....	(65)
怎样预防猝死.....	(66)
怎样治疗“夏病”.....	(67)
怎样预防中暑.....	(67)
怎样预防伤寒、副伤寒.....	(69)
怎样预防上呼吸道感染.....	(70)

怎样预防流脑.....	(71)
怎样预防精神病.....	(72)
怎样护理精神病人.....	(73)
怎样预防皮肤瘙痒.....	(74)
怎样预防老年驼背.....	(75)
人到中年应预防得哪些病.....	(76)
便血应做哪些检查.....	(77)
怎样防治失眠.....	(78)
哪些病易发展成癌.....	(81)
黑痣会不会变癌症.....	(81)
血友病遗传吗.....	(82)
颈部淋巴结肿大就是淋巴结核吗.....	(83)
不要轻看“小疖子”.....	(84)
喷嚏与疾病的关系.....	(85)
怎样通过尿的颜色辨别疾病.....	(85)
怎样通过痰的颜色辨别疾病.....	(86)
肥胖者容易得哪些疾病 怎样减肥.....	(88)
脑震荡者都留下后遗症吗.....	(89)
焚香能预防呼吸道传染病吗.....	(90)
“血沉”是咋回事.....	(91)
眨巴眼是病态吗.....	(91)
脾摘除能影响人的寿命吗.....	(92)
怎样识别各种类型的痢疾.....	(93)
“癌细胞”能治心肌梗塞吗.....	(94)
正确对待胃镜检查.....	(94)
怎样防治小儿疳子.....	(95)

怎样护理发高烧的幼儿.....	(96)
怎样护理咳嗽的小孩.....	(97)
烧伤病人不能喝白开水.....	(97)
唾液能治疗伤口吗.....	(98)
有了伤口应注意些什么.....	(99)
耳脓恶臭就是得了脑脓肿吗.....	(99)
虫子钻进耳朵里怎么办.....	(100)
低烧是由哪些病引起的.....	(100)
流产的胎儿都是畸形胎或遗传病胎儿吗.....	(101)
发烧并不完全是坏事.....	(102)
怎样防治粉刺.....	(103)
怎样防治青年妇女红斑狼症.....	(104)
怎样防治风疹和麻疹.....	(105)
怎样通过指甲的颜色辨别疾病.....	(107)
化脓伤口能涂紫药水吗.....	(107)
蜜蜂螫伤怎么办.....	(108)
人能起死回生吗.....	(108)
现代医学可延长人的寿命.....	(109)
什么叫医疗体育.....	(110)
怎样服汤药.....	(111)
怎样服西药.....	(112)
怎样使用膏药.....	(113)
中西药能同时吃吗.....	(114)
红药水和碘酒能同时用吗.....	(114)
止痛片能治肚子疼吗.....	(115)
小苏打能治胃疼病吗.....	(115)

人参有护肤作用吗.....	(116)
维生素服用过多可致病.....	(116)
天麻并非补药.....	(117)
“滴流”有利也有弊.....	(117)
怎样合理服用四环素.....	(118)
哪些药能防晕车、晕船和晕飞机.....	(119)
哪些药能引起口腔疾病.....	(120)
维生素A与癌症有啥关系.....	(120)
维生素A能治妇女月经过多.....	(121)
维生素B ₁₂ 能治什么病.....	(122)
维生素在人体内有什么作用.....	(123)
去痛片不是止痛片.....	(123)
阿司匹林能治失眠.....	(124)
鱼肝油丸液能治疗口角炎.....	(124)
小苏打水可治蚊虫叮咬.....	(125)
不要随便服用小儿麻痹糖丸.....	(125)
怎样鉴别药物是否变了质.....	(126)
妊娠期服哪些药物易引起胎儿畸形.....	(127)
不要随便吃“补药”.....	(128)
不要直接用药瓶喝药水.....	(129)
滥用药有哪些害处.....	(129)
酒后服药对人体有害.....	(131)
有药瘾应戒除.....	(131)
老年人用药有哪些危险.....	(132)
人参的药物作用.....	(133)
蒲公英的药物作用.....	(134)

要科学服用牛黄安宫丸.....	(135)
不要滥用肤轻松软膏.....	(136)
不可滥用抗菌素.....	(137)
酒在医疗中有哪些作用.....	(137)

卫 生 知 识

怎样才能长寿.....	(139)
心跳快慢与人的寿命长短有关吗 冠状动脉发生病变	
就是得了冠心病吗.....	(141)
心情不舒畅易得癌症、心脏病吗.....	(143)
久坐能产生哪些疾病,怎样预防.....	(143)
起床后要做三件事.....	(144)
体育锻炼可以推迟衰老吗.....	(145)
跑楼梯是一项很好的体育运动.....	(146)
练太极拳应注意什么.....	(146)
练气功应注意什么.....	(147)
经常步行能促进人体健康吗.....	(148)
体育锻炼能促使智力发展吗.....	(149)
体育锻炼应注意什么.....	(149)
早晨锻炼怎样才不影响睡眠.....	(151)
长跑中发生腹痛怎么办.....	(152)
跳绳对人体有好处.....	(154)
秋天怎样保养自己的身体.....	(154)
冬天要注意头脚保暖.....	(155)
冬天怎样防止皸裂.....	(156)

冷天不要紧闭门窗、蒙头睡觉·····	(156)
穿衣服睡觉暖和还是脱衣服睡觉暖和·····	(157)
冬天外出应注意什么·····	(158)
怎样防止厨房里空气污染·····	(159)
怎样防止室内放射性污染·····	(160)
室内结露对人体有害吗 怎样防止结露·····	(161)
怎样注意切菜板的卫生·····	(162)
怎样注意冷饮卫生·····	(163)
为什么生熟食品要分开·····	(163)
铝制食具有没有毒·····	(164)
食不言、寝不语对人体有益·····	(165)
阳光浴有利也有弊·····	(166)
冷水浴对人体有什么好处·····	(167)
温泉浴对人体有好处·····	(169)
冷水洗脸能使人健美吗·····	(169)
怎样洗脸好·····	(170)
冷水洗脚、冲头对人体有害吗·····	(170)
洗澡应讲哪些科学·····	(171)
热水有哪些妙用·····	(173)
游泳应注意卫生·····	(174)
耳病患者不应游泳·····	(175)
水对人体健康有哪些重要作用·····	(176)
睡着后为什么会咬牙·····	(177)
吸烟能引起胃疼吗·····	(177)
胃酸过多与过少对人体均不利·····	(178)
吸烟喝酒对智力有影响吗·····	(179)

男女寿命的差别与吸烟有关吗.....	(179)
怎样戒烟最有效.....	(180)
常用汽油洗手容易中毒吗.....	(182)
经常使用口红、染发剂等化妆品能导致癌症吗.....	(183)
X射线对人体有害吗.....	(185)
经常挖耳朵不好.....	(186)
经常挖鼻孔不好.....	(186)
看电视应讲究哪些卫生.....	(187)
听音乐与人体健康有关吗.....	(189)
睡眠异常容易死亡吗.....	(190)
多看青绿色对眼睛有好处吗.....	(190)
眼睛与整个人体的关系.....	(191)
照明对视力有哪些影响.....	(191)
洗头过频会使头皮发痒吗.....	(192)
用洗衣粉洗头不好.....	(193)
怎样保护头发.....	(193)
拔胡子的习惯不好.....	(194)
经常梳头对人体有好处.....	(194)
皮肤的功能.....	(196)
穿脏衣服影响人体健康吗.....	(197)
刷牙有哪些学问.....	(197)
剔牙对人体有害吗.....	(198)
怎样保护嗓子.....	(199)
身体疲劳是怎么回事.....	(200)
用脑应讲究哪些科学.....	(201)
用脑多了会短命吗.....	(202)

脑力劳动者为何秃顶的多.....	(203)
脑力劳动者怎样消除疲劳.....	(204)
怎样讲究记忆卫生.....	(204)
怎样注意口腔卫生.....	(205)
怎样把住病从口入关.....	(207)
一口痰能带多少细菌.....	(208)
空气里有哪些细菌.....	(208)
细菌能冻死吗.....	(209)
“春捂秋冻”有道理吗.....	(210)
耳鸣是怎么回事.....	(210)
眼泪是体内清泉.....	(211)
哭能减轻紧张吗.....	(212)
易过敏者应戒什么.....	(213)
经常说谎会影响人体健康.....	(214)
夏天乘凉坐木凳椅好吗.....	(215)
常睡高枕头对人体有害吗.....	(215)
露天睡觉好吗.....	(216)
“落枕”后怎么办.....	(217)
人为什么打呵欠.....	(217)
进取有利于健康,颓废会使人衰老.....	(219)
心情不舒畅对身体健康有哪些坏处 怎样 才能心情舒畅.....	(220)
经常动怒的人有损健康吗.....	(222)
最能笑的人最健康吗.....	(222)
“打喷嚏”与“眼皮跳”是怎么回事.....	(223)
人体内的结石是怎么来的.....	(224)

饭后休息一会儿好.....	(225)
健身球能使老年人健康.....	(226)
老年人睡眠宜长不宜短.....	(226)
老年人健康的特征有哪些.....	(227)
老年人要注意体温的变化.....	(228)
老年人为什么会长斑.....	(229)
姑娘脸上长“蝴蝶斑”就是失去了处女贞操吗.....	(229)
老年人的胖和瘦与身体健康有关吗.....	(230)
葡萄糖有哪些效能.....	(231)
人体是怎样吸收营养物质的.....	(232)
哪些人容易患乳腺癌.....	(232)
男性也能患乳腺癌吗.....	(233)
经常用毛巾擦背可以防癌吗.....	(234)
父母专制能使子女得癌症吗.....	(235)
亲吻孩子的习惯不好.....	(235)
为什么女子比男子性格温柔.....	(236)
怎样减少腹部脂肪.....	(236)
怎样使体形健美.....	(237)
怎样测定自己是否健康.....	(239)
怎样使个子长得高些.....	(239)
根据父母血型可以推知子女的血型吗.....	(240)
灯光对人体健康有影响吗.....	(241)
紫外线会损害人的眼睛吗.....	(242)
人血为什么是红颜色.....	(242)
眼镜不应时戴时不戴.....	(243)
哪种睡觉姿势好.....	(244)

鼻鼾影响人体健康.....	(245)
什么叫身体素质.....	(246)
倒立可以休息吗.....	(246)
怎样预防煤气中毒.....	(247)
旅途中怎样保健.....	(248)
卧床看书有什么害处.....	(249)
电流是怎样伤害人体的.....	(249)
水垢对人体有害.....	(250)
人到中年怎样保持智力.....	(250)
戴水晶石眼镜能养目吗.....	(251)
午睡对人体有哪些好处.....	(252)
单侧体操可以增强记忆力.....	(253)
什么是环境保护.....	(253)
芳香对人体有什么益处.....	(254)
不要用手蘸唾沫点钱、翻书.....	(254)
在“变声”期应注意什么.....	(255)
青少年睡沙发床好吗.....	(256)
青春期高血压是病态吗.....	(256)
用肥皂水洗水果好.....	(257)
食物的香味能使人发胖吗.....	(257)
怎样控制身体发胖.....	(258)
怎样给书报消毒.....	(260)
怎样才能做到优生.....	(260)
怎样计算预产期.....	(261)
妊娠期应注意什么.....	(262)
畸形胎是怎样形成的.....	(265)

生男生女是由女方决定的吗“变胎药”、“变胎针”

能促使胎儿性变吗.....	(266)
头胎婴儿有残疾能否生第二胎.....	(267)
防治产后中暑.....	(267)
产妇一天吃几个鸡蛋好.....	(268)
产后没奶怎么办.....	(268)
孕妇、产妇应不应坚持刷牙.....	(269)
节育环能不能长在子宫肌肉内.....	(269)
蹦蹦跳跳容易得阑尾炎吗.....	(270)
婴儿喝牛奶会过敏吗.....	(271)
婴儿吐奶怎么办.....	(271)
怎样给婴儿换尿布.....	(272)
怎样能使周岁内的婴儿健康不得病.....	(273)
怎样使小孩长得健壮.....	(275)
不要把新生儿包得太紧.....	(276)
婴儿睡悠车好吗.....	(276)
婴儿仰睡五官端正.....	(277)
婴儿睡小米枕头不好.....	(277)
给婴儿剪指甲能使婴儿哑巴吗.....	(278)
不要让婴儿叼干奶嘴.....	(279)
儿童的睡眠与儿童的身高有着密切关系.....	(280)
儿童怎样跑步.....	(280)
为什么女孩比男孩的抵抗力强.....	(281)

幼儿教育知识

怎样科学开发幼儿智力.....(282)

一、幼儿的智力能得到早期开发.....(282)

二、音乐能促使婴儿智力发育,抓住幼儿智力开发的最佳期(288)

三、早期文化教育的语音组合和数字意义理解训练.....(292)

四、文字是打开知识宝库的钥匙,牢牢抓住幼儿识字用字这一重要环节.....(297)

五、注意提高幼儿的形象思维能力和分析能力,让幼儿闯过做作文和做应用题两难关.....(301)

六、给幼儿讲故事要科学化、知识化,扩大幼儿的知识面(307)

七、要做好幼儿智力开发后的巩固工作.....(314)

怎样进行幼儿思想品德教育.....(316)

一、注重幼儿初期道德启蒙教育.....(316)

二、家长要为孩子树立榜样.....(319)

三、不能娇惯孩子.....(324)

四、防止污染幼儿思想.....(336)

五、教育幼儿家长的意见要统一.....(340)

怎样对幼儿做到因材施教.....(343)

一、根据幼儿早期显露出的才能和特点进行幼儿教育.....(343)

二、不要强幼儿所难.....(351)

常智幼儿教育常识.....(356)

一、怎样带幼儿去玩.....(356)

二、怎样纠正孩子胆小的毛病.....(357)

三、怎样帮助幼儿学好语言.....(358)

四、不要把孩子当玩物.....(360)

五、幼儿教育中应注意的“五大要素”.....(360)