

<<相约健康社区行巡讲精粹>>

图书基本信息

书名：<<相约健康社区行巡讲精粹>>

13位ISBN编号：9787117057059

10位ISBN编号：711705705X

出版时间：2005-5

出版时间：人民卫生出版社

作者：万承奎

页数：153

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>

<<相约健康社区行巡讲精粹>>

内容概要

《相约健康社区行巡讲精粹》丛书的出版，标志着“相约健康社区行”活动进入了一新的阶段。

从北京到全国，从城市到乡村，“学习科学，拥有健康，享受生活”，这就是“相约健康社区行”首席专家巡讲的主题，这就是亿万群众争相获取的最有价值的人生财富。

本套书为中央文明办、卫生部特聘的全国著名健康教育专家——即“首席专家”在全国进行健康教育巡讲的精粹。

全套书以健康的生活方式为主题，内容包括合理膳食、适量运动、平衡心理、常见病防治等群众关心的话题和必备的知识。

全套书语言之精辟、耐人回味；言词之通俗，使人永记。

全套书融权威性、科学性、知识性、趣味性和实用性为一体，堪称为大众健康教育之力作，医学科普图书之精品。

<<相约健康社区行巡讲精粹>>

作者简介

万承奎，中央军委保健委员会专家组专家、中国武警部队健康顾问、中国老年保健学会专家组成员。

1958年毕业于中国人民解放军第四军医大学，多年来从事政治宣传和健康教育工作。

1986年以来，深入调查、潜心研究，在医学、心理学、营养学、社会学等科的基础上，提出了“健康自我管理”的观点。

曾获世界和平基金会“自然医学功勋奖”。

应邀到全国各省、市（含港、澳地区）和军队系统进行“21世纪健康新观念和健康自我管理”演讲，受到欢迎。

先后发表论文100余篇，出版《老年人身心健康的五把钥匙》等著作3部。

<<相约健康社区行巡讲精粹>>

书籍目录

第一部分 21世纪是长寿时代1.21世纪是长寿时代2.人应该活到100岁3.“人到70古来稀”已成为历史4.确定老年人的4种年龄标准5.人生的第三个阶段：老年期——创新期6.健康新地平线第二部分 21世纪健康新概念1.21世纪是人类追求健康的世纪2.健康的定义和具体标准3.以往对健康的错误认识4.健康新观念5.一个日益引起关注的新概念——道德健康6.身体健康的“五块”吃得快便得快睡得快说得快走得快7.心理健康的“五有”有正常的智力有稳定的情绪有良好的社会适应能力有和谐的人际关系有健全的个性第三部分 两次卫生革命的任务1.危害健康的三大疾病生活方式病心理障碍性疾病性传播疾病2.两次卫生革命的任务3.人们对健康的三种态度老年人重视自己的健康中年人顾不上自己的健康青年人忽视自己的健康第四部分 把健康的钥匙掌握在自己手中.....

<<相约健康社区行巡讲精粹>>

媒体关注与评论

从北京到全国，从城市到乡村，“学习科学，拥有健康，享受生活”，这就是“相约健康社区行”首席专家巡讲的主题，这就是亿万群众争相获取的最有价值的人生财富。

本套书为中央文明办、卫生部特聘的全国著名健康教育专家——即“首席专家”在全国进行健康教育巡讲的精粹。

全套书以健康的生活方式为主题，内容包括合理膳食、适量运动、平衡心理、常见病防治等群众关心的话题和必备的知识。

全套书语言之精辟、耐人回味；言词之通俗，使人永记。

全套书融权威性、科学性、知识性、趣味性和实用性为一体，堪称为大众健康教育之力作，医学科普图书之精品。

改革开放以来，我国人民的生活水平和健康水平有了很大提高，增强自我保健能力，学习卫生科普知识之风悄然兴起。

但毋庸讳言，从整体上看，我国人民群众的科学文化素质还不高，一部分群众缺乏自我保健意识，沿袭一些不健康的生活方式，甚至保留一些生活上的陈规陋习；一些伪科学的所谓保健功能和手段还在一些地方对人们的健康造成危害。

因此，加强对人民群众卫生健康知识的普及和教育，弘扬科学精神，提高分辨科学与迷信、文明与愚昧、进步与落后的能力，破除陈规陋习，反对封建迷信，推动全社会建立健康的生活方式，仍是一项长期艰巨的任务。

特别是经过今年上半年抗击非典的斗争，广大人民群众的自我保健意识大大增强，学文化、讲科学、讲卫生、爱清洁蔚然成风，加强公共卫生体系建设，加强健康教育，提高人民群众预防疾病的自觉性已成为全社会的共识。

为适应广大人民群众的需求，扩大卫生健康宣传教育，促进《相约健康社区行》活动的深入开展，人民卫生出版社出版了《相约健康社区行巡讲精粹》丛书。

这套丛书的作者是中央文明办、卫生部聘请的一批首席健康教育专家，他们当中有临床经验丰富的医生，有长期进行营养研究的学者，有多年从事卫生管理的专家。

他们共同的特点是热心于我国的健康教育和健康促进事业。

《相约健康社区行巡讲精粹》丛书的出版，标志着“相约健康社区行”活动进入了一新的阶段。

<<相约健康社区行巡讲精粹>>

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>