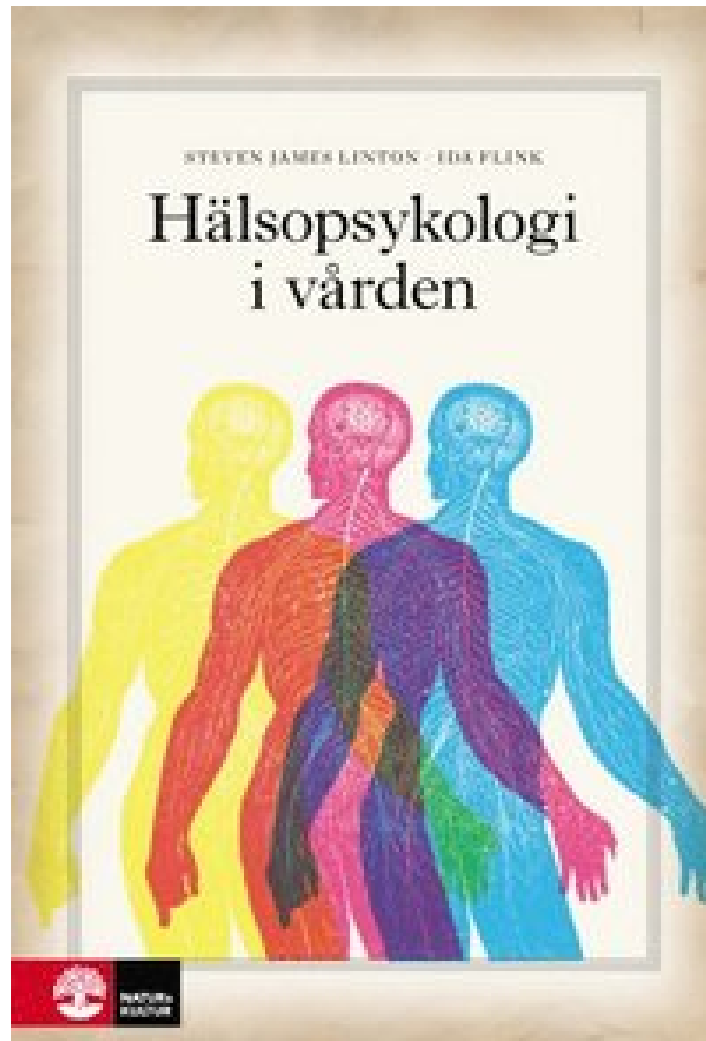


## Hälsopsykologi i vården PDF

Ullakarin Nyberg



*Det här är bara ett utdrag ur Hälsopsykologi i vården bok. Du kan hitta hela boken genom att klicka på knappen nedan.*



**DOWNLOAD PDF**

Författare: Ullakarin Nyberg

ISBN-10: 9789127139626

Språk: Svenska

Filesize: 4028 KB

## BESKRIVNING

Hur hjälper man en patient med kronisk värk? Hur kan en stressad småbarnsförälder stödjas i att prioritera återhämtning? Hur kan vila bidra till sömnproblem? Moderna hälsoproblem och de flesta vårdbesök rör i dag stress, smärta, sömn, nedstämdhet och ångest. Detta är problem som påverkas av vår livsstil, och därför har hälsopsykologin mycket kunskap att erbjuda. Hälsopsykologi handlar om hur psykologiska faktorer i samspel med biologi och sociala omständigheter bidrar till hälsa eller ohälsa. Författarna beskriver hur det hälsopsykologiska perspektivet kan bidra till att både förebygga och behandla hälsoproblem. De utgår från de senaste forskningsrönen och visar hur man systematiskt kan verka för beteendeförändringar, med grunden i kognitiv beteendeterapi. Genom en mängd olika exempel och fallbeskrivningar ges möjlighet till förståelse och inblick i det hälsopsykologiska arbetssättet. Extra fokus ligger på problem med sömn, långvarig smärta och stress. Hälsopsykologi i vården är skriven för studerande och verksamma inom vårdprofessioner såsom sjuksköterskor, fysioterapeuter, läkare, psykologer och hälsoplanerare. Upplägget är genomtänkt och väldisponerat. /.../ Boken kan användas som en manual för att arbeta med hälsopsykologi och rekommenderas till studerande och yrkesverksamma inom vården. Hanna Troëng, BTJ-häftet nr 22, 2016

## **VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?**

Att psykologiska faktorer spelar en central roll för vår hälsa blir allt tydligare och forskning inom området hälsopsykologi växer lavinartat.

Ryden, O. Stenström, U. Hälsopsykologi. ... Professor Monica Eriksson leder en undersökning om vad som får sjuksköterskor att stanna i vården.

2016, Inbunden. Handla online - Hos dig inom 1-3 arbetsdagar. Köp boken Hälsopsykologi i vården hos oss!

## HÄLSOPSYKOLOGI I VÅRDEN

[Fortsätt läsa...](#)