

<<高血压与冠心病>>

图书基本信息

书名：<<高血压与冠心病>>

13位ISBN编号：9787030263148

10位ISBN编号：7030263146

出版时间：2010-1

出版时间：科学出版社

作者：胡大一

页数：184

字数：160000

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>

<<高血压与冠心病>>

前言

高血压和冠心病几乎人人都知道，因为现在全国高血压病人已经达到1.6亿，多起名人因突发冠心病而死亡的消息见诸报端也让大家强烈感受到了冠心病的威胁。

我国大约每13秒钟就有一人死于心、脑血管疾病！

但许多人未必将高血压和冠心病与自己联系起来。

得冠心病的男性中，大约有60%是因冠心病发作突然死亡后，家人才知道他得了冠心病；而得冠心病的女性中，这个比例大约占45%。

冠心病病人发病后大约有一半还没有来得及送到医院就死去了。

还有很多高血压病人因长期处于高血压状态，其心、脑、肾、眼许多部位的器官受到损害，变成丧失正常生活和工作能力的残废人，甚至因此而死亡。

这些都是人们对高血压和冠心病的了解得太少造成的。

其实，只要坚持科学的生活方式，即：不吸烟，管好嘴（合理饮食），迈开腿（多运动），保持好心态；按医生的要求服用有科学依据、有预防作用的药物，把自己的血压、血脂、血糖、体重等都控制在正常水平，就能大大减少得冠心病或高血压的危险。

只要这样做了，即便得了高血压或冠心病。

病情也能有效控制，不会很快恶化，病人完全能够像正常人一样地生活许多年。

<<高血压与冠心病>>

内容概要

本书详细地讲解了与高血压、冠心病发生有关的危险因素、通过改变不良的生活方式和药物防控高血压、冠心病的方法，以及病情监控等方面的知识。

全书以高血压、冠心病为主线，融合了血脂异常、糖尿病等相关疾病的防治知识，从饮食、运动、烟酒、心理等多个方面，向读者展示了科学、健康的生活方式。

本书适合关心健康的普通大众、社区基层医疗卫生工作者及医学科普工作者阅读。

<<高血压与冠心病>>

作者简介

胡大一，主任医师、教授、博士生导师，国家突出贡献专家，卫生部健康教育首席专家。

国家重点学科心血管内科负责人，享受政府专家津贴。

现任国际欧亚科学院院士、北京大学人民医院心血管疾病研究所所长、心脏中心主任，兼任中华医学会心血管病分会主任委员、中国医师协会心血

<<高血压与冠心病>>

书籍目录

常见高血压及冠心病常识自我测试表 《健康大白话》丛书序前言什么是高血压？

血压和高血压 容易得高血压的人 高血压的表现和诊断标准 高血压的分级和分类 高血压的治疗和预防 高血压可以引起的疾病 什么是冠心病？冠状动脉和冠心病 容易得冠心病的人 冠心病的分类 冠心病的治疗和预防 与高血压和冠心病发生有关的危险因素有哪些？危险因素 与高血压发生有关的危险因素 与冠心病发生有关的危险因素 代谢综合征与高血压和冠心病 怎样通过改变不科学的生活方式来控制高血压和冠心病？改变不科学的生活方式 高血压病人怎样用药？冠心病病人怎样用药？高血压和冠心病病人怎样监控病497 必须定期检测的指标和牢记的数字 血压测量 体重测量 高血压和冠心病病人发生紧急病情怎么办？抢救发生紧急病情的病人必做的事 心绞痛的急救 急性心肌梗死的急救 冠心病猝死的急救 脑卒中的急救 几种重要的救命措施 高血压和冠心病病人的急救药物

<<高血压与冠心病>>

章节摘录

高血压的发生与发展既缓慢又悄无声息，半数以上的高血压病人可以没有任何症状。很多人在心脏、大脑、肾脏等发生严重损害后才被诊断出高血压；而高血压的后果，如脑卒中或冠心病、心肌梗死等突然发病，会令病人措手不及，结果造成残废甚至死亡。

所以，了解高血压可能出现的表现十分有必要，这样得了高血压就可以尽早地发现。

一般情况下，许多高血压病人没有感觉到有什么不适，但血压高时也可能出现以下表现。

时有头痛，并伴有后脖子（颈项部）僵硬或肩膀酸痛。

常感头昏脑涨，伴有眼花。

常会听到两耳内发出“滋儿滋儿”的尖调声，好像往脑袋里钻，心里烦躁。

睡不好觉，夜里做梦多，起床后精神差，注意力不能集中，健忘。

总感觉全身疲倦、酸软无力，手脚麻木。

出现以上症状时，应该想到有可能是得了高血压，应尽快设法测量一下血压（图1 - 5）。

<<高血压与冠心病>>

编辑推荐

全国高血压病人已达1.6亿，男性冠心病病人中约有60%会因冠心病突然发作而死亡。如何改变这种严峻的局面？

除了接受医生的规范治疗，还应遵循胡大一教授在《高血压与冠心病》中的告诫：不吸烟，管好嘴，迈开腿，保持好心态。

让我们记住，90活不过，那是自己的错！

投资你的动脉 就像投资养老金 哪些人容易得高血压、冠心病？ 性格与冠心病有关系吗？ 长期高血压会引起哪些疾病？ 高血压、冠心病病人适合什么样的食物？ 高血压、冠心病病人适合什么样的运动？ 高血压、冠心病病人的血脂应控制在多少？ 冠心病和高血压病人需要定期监测哪些指标？ 高血压、冠心病能治好吗？ 肥胖与高血压有关系吗？ 血压控制效果不好怎么办？ 名医指点迷津 健康少走弯路 高血压、冠心病伴随一生的风险

<<高血压与冠心病>>

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>