

<<我是如何战胜脑血管病的>>

图书基本信息

书名：<<我是如何战胜脑血管病的>>

13位ISBN编号：9787117055703

10位ISBN编号：7117055707

出版时间：2003-9

出版时间：人民卫生出版社

作者：高宗良

页数：206

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>

## <<我是如何战胜脑血管病的>>

### 内容概要

脑血管疾病不仅病死率高，幸免于难者也都留有不同程序的伤残。瘫痪、痴呆、生活不能自理、甚至长年卧床不起，给社会、家庭造成巨大经济负担，日常生活和工作受到严重干扰，有的家庭因此而陷入无法摆脱的困境。

如何提高脑血管疾病的防治水平，不仅是医务工作者的事，也是每个人自我保护所需要的。目前，在医学界脑血管疾病防治的专业刊物、著作和文献不计其数，但这些材料专业性太强，一般人很难看懂。

非专业人员又无法写出大众通俗易懂的文章和书籍。

为此，我们几位从事神经科专业工作的临床医师一改既往写作模式，以病人的口吻，大众化的语言，力求以最通俗的文字，从脑血管疾病防治的不同时期，即预防、治疗和康复的各个阶段，分别进行介绍。

每个侧面各成段落，各自独立成篇，又互相连贯，力争使读者既能读懂，又不费力，在轻松中获得对脑血管疾病的防治知识。

## <<我是如何战胜脑血管病的>>

### 书籍目录

第一部分 正确认识1. 脑血管疾病和中风是一回事吗2. 原来中风有这么多类型3. 听说过TIA吗4. 血压不高也会中风5. 中风也遗传6. 高血压最危险7. 糖尿病是潜伏的杀手8. 嘴巴歪是不是中风9. 大胖子容易中风10. 原有心脏病, 突然又中风, 真是祸不单行11. 不是老年人都该中风12. 南方好还是北方好13. 原来中风与种族还有联系14. 要注意动脉硬化的预防15. 男人更容易中风吗16. 血管性头痛与脑血管疾病17. 饮酒与中风18. 中风会复发19. 哪些检查是必要的20. 选择最经济、最必要的检查21. 三级预防没跟上

第二部分 心理调适1. 杞人忧天, 怕出事则偏出事2. 不可全信, 也不能不信3. 好心境可以保平安4. 原来我属于“ A ”型行为5. 我的第一反应是焦虑6. 这老头真难说话7. 不知道出路在哪儿8. 原来是抑郁症9. 我也一度很消沉10. 依赖心太强了11. 意志可以战胜疾病, 但不能蛮干12. 不是不想说话, 而是不能说话13. 他真像弥勒佛, 我会不会也一样14. 不是听天由命, 而是顺其自然15. 受到鼓励会增加信心16. 病人更怕孤独17. 天上总有一块云18. 天总会晴的

第三部分 工作调整

第四部分 综合治疗

第五部分 生活起居

第六部分 合理膳食

第七部分 休闲娱乐

第八部分 运动锻炼

第九部分 家庭护理

第十部分 预防并发症

第十一部分 家庭自救

第十二部分 养生保健

<<我是如何战胜脑血管病的>>

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>