

<<高血压自我调养>>

图书基本信息

书名：<<高血压自我调养>>

13位ISBN编号：9787502364014

10位ISBN编号：7502364013

出版时间：2009-11

出版时间：科技文献出版社

作者：田颖欣 主编

页数：193

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>

<<高血压自我调养>>

内容概要

本书从基本知识入手，以通俗的语言介绍了高血压的发病原因、临床表现及各种并发症、检查和诊断

。重点介绍了高血压病的中西医防治方法、饮食调理方法、起居调治方法、运动疗法和精神调控方法以及外治法和日常生活指南。

本书是一部全面反映高血压病防治新成果的科普读物，内容融汇中西而详尽，文字简洁而明了，具有科学性、实用性和可读性强的特点，既可供高血压患者阅读，又可供基层医务人员参考。

<<高血压自我调养>>

书籍目录

绪论第一章 高血压病的基本知识 一、概述 二、高血压病的临床表现 三、高血压病的实验室检查 四、高血压病的中西医治疗第二章 饮食调养 一、饮食调养的原则 二、降压食物 三、常用食谱第三章 运动调养 一、运动调养的原则 二、运动方式的选择和注意事项 三、常用的运动疗法第四章 高血压病患者的精神情绪调控与行为调节 一、淡泊宁志，七情调和 二、动静结合，调养心神第五章 高血压病的外治法 一、针灸和指压 二、导引降压法 三、穴位敷贴降压法 四、药枕降压法 五、降压药垫 六、足浴降压 七、按摩降压 八、足部按摩降压第六章 日常生活指南 一、如何早期发现高血压 二、高血压并发症的危害及早期预防 三、高血压患者注意事项 四、性生活与高血压 五、妊娠高血压 六、高血压病人常见的治疗误区

<<高血压自我调养>>

编辑推荐

俗话说：慢性病“三分治，七分养”专家告诉你：得了慢性病并不可怕，可怕的是不知道如何自我调养。

<<高血压自我调养>>

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>