

<<高血压病自然疗法>>

图书基本信息

书名：<<高血压病自然疗法>>

13位ISBN编号：9787533538675

10位ISBN编号：7533538676

出版时间：2011-8

出版时间：福建科技出版社

作者：魏松青 等主编

页数：216

字数：175000

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>

## <<高血压病自然疗法>>

### 内容概要

《高血压病自然疗法》这本书由魏松青、黄峰、张郁澜主编。

《高血压病自然疗法》围绕高血压患者及家属迫切需要了解的高血压防治知识，重点介绍了高血压各种行之有效的药茶疗法、运动疗法、按摩疗法、针灸疗法、拔罐疗法、药浴疗法、刮痧疗法、足疗法等各种颇具特色、简便易行、疗效确切的高血压防治。

## <<高血压病自然疗法>>

### 书籍目录

#### 上篇 高血压的基础知识

##### 一、高血压的基本知识

什么叫血压

人体的血液循环系统是怎样的

影响血压的因素有哪些

影响血压波动的因素有哪些

什么叫基础血压和偶测血压

什么叫动态血压

监测动态血压有何意义

常用的血压计有哪几种

怎样正确测量血压

测量血压应注意哪些问题

在家测量血压应注意什么

什么是高血压

高血压是否就是高血压病

高血压病对人有哪些危害

如何按靶器官损害程度对高血压

进行分类

什么是临界高血压

什么是单纯收缩期高血压

什么是原发性高血压

什么是继发性高血压

什么是清晨高血压

什么是睡眠性高血压

什么是体位性高血压

什么是白大衣高血压

什么是假性高血压

什么是潜在性高血压

什么是医源性高血压

什么是高原性高血压

怎样正确对待高血压病

合理、及时治疗高血压病有哪些

好处

血压降到多少合适

##### 二、高血压的致病因素

高血压的致病因素有哪些

遗传与高血压病有关吗

高血压病与年龄、性别有关系吗

食盐与高血压发病有关吗

钾、钙与高血压发病有关吗

脂肪与高血压发病有关吗

蛋白质对血压的影响怎样

饮酒与高血压病有关吗

吸烟对高血压病患者有危害吗

肾素-血管紧张素、醛固酮系统与高

## <<高血压病自然疗法>>

血压发病有关吗

胰岛素与高血压发病有关吗

前列腺素与高血压发病有关吗

体重与高血压发病有关吗

精神因素与血压升高的关系怎样

人的性格与高血压有关吗

动脉粥样硬化与高血压病的关系

避孕药会升高血压吗

运动缺乏与高血压有关吗

哪些职业易得高血压病

### 三、高血压的表现与检查

高血压有哪些临床表现

什么是急进型高血压

什么是高血压危象

什么是高血压脑病

高血压病患者需做哪些检查

高血压病患者的超声心动图有哪些表现

高血压病患者X线表现是什么

高血压病患者尿检查有异常吗

早期高血压病患者可做哪些试验帮助诊断

高血压病患者为什么要测糖耐量、血糖和尿糖

高血压病患者为什么要验血

为什么有些高血压病患者要测定

酮类固醇羟皮质类固醇

肾脏CT检查对诊断高血压的意义

为何有些高血压病患者要作镇静试验

### 四、高血压的预防与护理

高血压可以预防吗

什么是高血压病的一级预防

什么是高血压病的二级预防

什么是高血压病的三级预防

预防高血压从什么年龄开始

老年人应如何预防高血压

如何有效地预防高血压病

家有高血压病患者应该怎么办

高血压病患者的家庭护理要点有哪些

高血压病患者怎样进行自我护理

高血压病患者应怎样穿衣

如何用饮食控制高血压

如何安排高血压病患者的营养摄入

高血压病患者多食含矿物质的食物是否有益

## <<高血压病自然疗法>>

多吃蔬菜对高血压病患者是否有利

高血压病患者早晨是否需补充水分

高血压病患者可饮酒吗

高血压病患者的居住环境应

该怎样

哪些睡眠习惯和寝具有利于

降血压

高血压病患者应采取哪种睡

眠姿势

为什么高血压病患者要节制

性生活

高血压病患者的性生活应注

意什么

### 五、高血压的治疗

高血压的一般治疗原则是什么

为什么要长期有规律地治疗高

血压病

高血压病的用药原则是什么

降血压药物有哪些种类

降压药有哪些副作用

抗高血压药物治疗的原则有哪些

选择抗高血压药物的原则有哪些

得了高血压是否应终生用药治疗

分级治疗对高血压病患者有么益处

什么是高血压病的自然疗法

为什么高血压应注意合理、安

全有效地用药治疗

### 下篇 高血压病自然疗法

#### 一、饮食疗法

高血压病患者的饮食原则

常用降压食品

降血压的食疗方

#### 二、药茶疗法

药茶的降压原理

降血压药茶方

药茶疗法注意事项

#### 三、验方秘方疗法

降血压验方秘方

#### 四、药枕疗法

药枕的降压原理

药枕的制作方法

降压药枕方

药枕疗法注意事项

#### 五、贴敷疗法

贴敷疗法的降压原理

高血压的贴敷疗法

贴敷疗法注意事项

## <<高血压病自然疗法>>

### 六、熏洗疗法

熏洗疗法的降压原理

高血压病的熏洗疗法

熏洗疗法注意事项

### 七、足疗

足疗治疗高血压的原理

足部按摩疗法

足踩鹅卵石法

足针疗法

### 八、耳穴疗法

耳穴的定位

耳穴疗法的常用方法

高血压的耳穴疗法

耳穴疗法注意事项

### 九、气功疗法

气功疗法的降压原理

练功方法

放松功

点线放松功

高血压降压功

嘘气静坐功

简易降。

### 压功

降压稳压功

气功锻炼注意事项

### 十、体育疗法

体育疗法的降压原理

太极拳

散步

降压体操

游泳

体育疗法注意事项

### 十一、推拿疗法

推拿疗法的降压原理

推拿常用手法

降血压推拿常用穴位

自我全身按摩法

按摩头部法

捏拿颈部法

四肢按摩法

胸腹按摩法

擦腰揉腹法

背部推按法

高血压自我保健按摩法

按摩降压法伯

自我推拿降压保健操日

自我推拿降压法

## <<高血压病自然疗法>>

推拿疗法注意事项

十二、心理疗法

高血压病患者的心理调养

沉思调节法

自律训练法

行为疗法

十三、音乐疗法

音乐疗法的降压原理

降压音乐的选择

十四、磁疗

磁疗的降压原理

高血压的磁疗法

磁疗注意事项

十五、刮痧疗法

刮痧的降压原理

刮痧部位及方法

刮痧疗法注意事项

十六、艾灸疗法

常用灸法。

高血压的艾灸疗法

十七、体针疗法

体针疗法的降压原理

体针疗法的操作方法

高血压的体针疗法

体针疗法注意事项

## <<高血压病自然疗法>>

### 编辑推荐

《高血压病自然疗法》针对高血压患者及家属迫切需要了解的有关高血压病防治知识，通俗、简明地介绍了高血压的发病原因、临床表现、诊断方法、治疗手段、护理康复等各方面知识，重点介绍了高血压病各种行之有效的自然疗法，可供患者在高血压治疗中选用，希望对高血压病患者及家属有所帮助。



<<高血压病自然疗法>>

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>