

<<病是气出来的>>

图书基本信息

书名：<<病是气出来的>>

13位ISBN编号：9787537740616

10位ISBN编号：7537740615

出版时间：2012-9

出版时间：郭争鸣、郭少聃、肖跃群、谭同来 山西科学技术出版社 (2012-09出版)

作者：郭争鸣，郭少聃，肖跃群 著

页数：237

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>

## <<病是气出来的>>

### 内容概要

《病是气出来的》紧扣书名次叙生病原因，后设“家庭定位”的治疗以及合理进食、起居养生、情志调节、体育锻炼、病重就医等预防知识。

病、因、治、防，如池水荡涟漪，层层递进，环环相扣，叠缀成章。

每书知识丰富，浅显易懂。

且体例新颖，文字畅达，通俗实用。

是广大“白领阶层”、生活中的“美食家”、收入丰厚的“坐班族”必读之书。

## <<病是气出来的>>

### 书籍目录

百病皆有根源找七情致病占三成 怒火中烧气上窜劳心费神血压升 敌意诱发冠心病乐极生悲成心梗 生气影响内分泌小心气出糖尿病 时常脸红脖子粗脾气不好甲亢生 打嗝也要怪情绪紧张焦虑是诱因 恐则气下惊伤肾阳痿早泄皆有因 激素水平受影响情绪导致妇科病 七情影响免疫力癌症也是心身病 坐立不安焦虑症莫与心梗搞混淆 自我中心爱猜忌疑神疑鬼生疑病 暗示夸张爱表演歇斯底里是癔病 情绪波动受刺激用脑伤神偏头痛 用脑过度常失眠神经衰弱找上门 强烈刺激超负荷应激障碍必然生 情绪疾病可预防释压泄愤心境好 以情胜情治心病替代疗法显神通

## &lt;&lt;病是气出来的&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：下面我们着重从精神因素方面对糖尿病作进一步的认识。

常言说“气大伤身，十病九气”，中医认为“怒伤肝”，这些话不无道理。

因为肝脏具有疏泄、畅达、疏通、排泄等综合生理功能，一旦遇上外界的精神刺激，就十分容易引起肝的疏泄功能异常，从而引起各种病变。

食物进入体内后，必须通过脾的运化功能和肝的疏泄促进作用，才能把其中所含的水谷转变成精微物质，将水谷精微散布全身，各脏腑组织器官得到充分的营养后，才能维持正常的生理功能。

但是，假如肝的疏泄功能失调，就会严重影响到脾胃运化作用，导致胰岛素分泌不足，引起糖的代谢紊乱，从而诱发糖尿病。

由此可见，生气对于糖尿病的发生有着不可推卸的责任。

因此，我们都要以乐观的态度对待各种突发事情，防止情绪波动太大，最后只落得个劳神伤身。

随着人们生活水平的提高，人口老龄化以及肥胖发生率的增加，糖尿病的发病率呈逐年上升趋势。

医生告诉我们：血糖的高低会随着情绪的波动而变化，血糖的高低影响着糖尿病的病发现象。

之所以这么说，是因为不良情绪会改变胰岛素。

我们知道，胰岛素对于糖尿病至关重要，而研究发现人的血糖水平不仅受胰岛素的调节，而且也受情绪影响。

人在极度愤怒、恐惧、悲痛等负性情绪状态下，交感神经的兴奋性增高，会使肝脏中的糖原释放进入血液，以满足大脑等重要脏器的能量需要。

本来糖尿病患者的胰岛素分泌不足，一旦血糖升高，胰岛素就会更加缺乏，从而导致血糖居高不下。

不良情绪会抑制胰岛素分泌。

人的情绪主要受大脑边缘系统的调节，大脑边缘系统同时又调节内分泌和植物神经的功能，因而心理因素可通过大脑边缘系统和植物神经影响胰岛素的分泌。

当人处于紧张、焦虑、恐惧或受惊吓等应激状态时，交感神经的兴奋将抑制胰岛素的分泌；同时，交感神经还将作用于肾上腺髓质，使肾上腺素的分泌增加，间接地抑制胰岛素的分泌、释放。

如果这种不良心理因素长时期存在，则可能引起胰岛 $\beta$ 细胞的功能障碍，使胰岛素分泌不足的倾向性最终被固定下来，进而导致糖尿病。

糖尿病的治疗 1.药物治疗 (1)口服抗糖尿病药物 近年来有迅速的发展，除原有磺酰脲类及双胍类外，已有第3类仅葡萄糖苷酶抑制剂供临床应用，第4类胰岛素增敏剂不久也将引入国内。

在上述抗糖尿病药物中，磺酰脲类药系降糖药，可以引起低血糖反应，而双胍类和 一葡萄糖苷酶抑制剂则不引起低血糖反应，被称为抗高血糖药物。

磺酰脲类：此组药物有多种。

第一代药物目前还常用者为甲苯磺丁脲。

第二代药物有格列本脲、优降糖、格列齐特、格列吡嗪、格列波脲、格列喹酮等药。

目前国内较多选用达美康、美吡达和优降糖等第二代药物。

双胍类：临床应用者有苯乙福明和甲福明两种。

## <<病是气出来的>>

### 编辑推荐

《病是气出来的》是广大“白领阶层”、生活中的“美食家”、收入丰厚的“坐班族”必读之书。

<<病是气出来的>>

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>