

<<血压控制好 教你百病消>>

图书基本信息

书名：<<血压控制好 教你百病消>>

13位ISBN编号：9787537742108

10位ISBN编号：7537742103

出版时间：2012-9

出版时间：山西科学技术出版社

作者：李斌

页数：162

字数：194000

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>

## <<血压控制好 教你百病消>>

### 内容概要

本书首先介绍了高血压的发病原因及危害，在此基础上，详细讲解了高血压分类、高血压病、高血压急症、顽固性高血压、环境与血压、低血压、低血压分类等血压病基本常识及预防措施。

## <<血压控制好 教你百病消>>

### 书籍目录

#### 第一章 认识血压

##### 第一节 动脉血压

小资料(1—1)高血压的危害

##### 第二节 测量血压

小资料(1—2)家庭自测血压

小资料(1—3)八项注意

##### 第三节 理想血压

小资料(1—4)对付高正常血压

小资料(1—5)高血压防治中的误区

#### 第二章 认识高血压

##### 第一节 高血压发病的原因

小资料(2—1)关心自身

##### 第二节 高血压形成原因

小资料(2—2)心血压波动

小资料(2—3)血压调控机制

##### 第三节 高血压并发症

小资料(2—4)高血压警示

##### 第四节 高血压相关检查

小资料(2—5)血压测量的意义

#### 第三章 高血压分类

##### 第一节 常见继发性高血压

小资料(3—1)其他心血管危险因素

##### 第二节 原发性高血压

小资料(3—2)原发致病因素

第三节 良性高血压病(缓进型高血压病)

第四节 恶性高血压病(急进型高血压病)

小资料(3—3)透支健康的代价

#### 第四章 高血压治疗

##### 第一节 一般治疗

小资料(4—1)高血压病能彻底治愈

##### 第二节 高血压食疗

小资料(4—2)颈椎病导致高血压

##### 第三节 高血压茶疗

#### 第五章 高血压运动

##### 第一节 运动处方

##### 第二节 运动新观念

##### 第三节 高血压自然疗法

小资料(5—1)测测你的血压

#### 第六章 高血压病

##### 第一节 高血压肾病

小资料(6—1)求救信号

##### 第二节 肾实质性高血压

小资料(6—2)高血压肾病饮食

##### 第三节 肾血管性高血压

小资料(6—3)自我管理

## <<血压控制好 教你百病消>>

### 第四节 原发性醛固酮增多症

小资料(6—4)应对措施

### 第五节 皮质醇增多症

小资料(6—5)居家自我管理

### 第六节 主动脉狭窄

### 第七章 其他高血压

#### 第一节 白色高血压

小资料(7—1)识别“白色高血压”

#### 第二节 高原性高血压

小资料(7—2)打鼾与高血压

#### 第三节 高血压引发甲状腺疾病

#### 第四节 高血压脑病

小资料(7—3)预防脑萎缩

#### 第五节 高血压与脑卒中

小资料(7—4)喝水的学问

#### 第六节 关注展压

小资料(7—5)山楂是个宝

### 第八章 高血压急症

#### 第一节 高血压急症急救法

小资料(8—1)缺钾会不会得高血压？

#### 第二节 应对急症的突发情况

小资料(8—2)患高血压十多年

#### 第三节 高血压标准分级

小资料(8—3)高血压危象

#### 第四节 青春期高血压

小资料(8—4)都是高血压惹的祸

#### 第五节 高血压与冠心病

小资料(8—5)坚持做深呼吸可降血压

#### 第六节 高血压与肾功能不全

小资料(8—6)高血压与性功能

#### 第七节 夹层动脉瘤

### 第九章 顽固性高血压

#### 第一节 高血压与血脂

小资料(9—1)影响预后因素

#### 第二节 肥胖与高血压

小资料(9—2)银耳降压

#### 第三节 糖尿病与高血压

小资料(9—3)三个好朋友

#### 第四节 高血压与鼻出血

小资料(9—4)为什么甲亢病人血压高

### 第十章 环境与血压

#### 第一节 职业与血压

#### 第二节 环境与血压

#### 第三节 性别与血压

#### 第四节 高血压与脑出血

小资料(10—1)饮食与血压

<<血压控制好 教你百病消>>

第五节 高血压与脑中风

小资料(10—2)运动降压

第十一章 低血压

第一节 慢性低血压

第二节 急性低血压

小资料(11—1)预防血栓宜多吃大蒜

第三节 其他低血压

小资料(11—2)溯源求根

第十二章 低血压分类

第一节 根据病情程度分类

第二节 根据诱因分类

第三节 主要症状

小资料(12—1)低血压的治疗

第四节 低血压不是贫血

小资料(12—2)慎防血压上蹿下跳

第五节 走出误区

小资料(12—3)少量多餐防低血压

## <<血压控制好 教你百病消>>

### 编辑推荐

李斌、刘霞主编的《血压控制好——教你百病消》一书，从压力的杀手讲起，以图文并茂的形式把慢性病互相影响，预防窗口前移对国民健康的重要性展现给百姓朋友。

本书，对常见疾病症状及其家庭护理技术能初步了解，并且也能按照书中的指导，做一些力所能及的护理工作。

同时，也能在医生指导下，选购非处方药，进行常见小病的治疗，做到小病自己治。

即使是患有大病，也能从本书中受到启示，一方面进行预防保健，另一方面则能让病人及早医治，而不至延误病情和治疗，同时在病人入院前或出院后康复期有合理的照料。

<<血压控制好 教你百病消>>

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>