

<<高血压自我调控>>

图书基本信息

书名：<<高血压自我调控>>

13位ISBN编号：9787538012842

10位ISBN编号：7538012842

出版时间：2004-10

出版时间：内蒙古科学技术出版社

作者：郑成刚

页数：363

字数：230000

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>

## <<高血压自我调控>>

### 内容概要

高血压健康指南！

非药物疗法：饮食、运动、针灸、按摩、刮痧、物理、音乐等自我降压法。

科学防治，强身健体！

## <<高血压自我调控>>

### 书籍目录

第一章 明明白白认识高血压 什么叫高血压 血压概述 高血压形成的原因 高血压的并发症 得了高血压病该怎么办 高血压需要做哪些常规检查 高血压患者的膳食安排 哪些高血压患者易发生意外 应日常生活中的控制高血脂 老年人高血压 怎样早期发现动脉硬化 高血压出现哪些情况需要去医院治疗 高血压危象的应急措施 高血压患者须终生服药 老年人高血压的特点 高血压的分类方法 高血压的分型 高血压的分极 高血压分哪几期 为什么高血压要长期治疗 发现高血压马上服药吗 高血压患者应坚持怎样的生活方式 高血压患者有哪些常见的临床表现 高血压患者如何自我观察、测量血压 血压单位换算法 高血压患者在家自我测血压时应注意哪些事项 如何使血压稳定 高血压的治疗原则 高血压患者的健康处方第二章 饮食疗法 高血压患者的饮食原则 低钠饮食可预防高血压 补充钙可预防高血压 高血压患者要多喝牛奶 妊娠高血压患者的饮食注意事项 降血压的天然食物 高血压食疗方 高血压自我调养食谱第三章 运动疗法第四章 药物疗法第五章 其他疗法

<<高血压自我调控>>

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>