

<<疼痛一本通>>

图书基本信息

书名：<<疼痛一本通>>

13位ISBN编号：9787538441581

10位ISBN编号：7538441581

出版时间：2009-6

出版时间：樊碧发 吉林科学技术出版社 (2009-06出版)

作者：樊碧发

页数：296

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>

<<疼痛一本通>>

前言

每个人一生中体验最早、最多的主观内在的感觉就是“疼痛”。但由于长期以来人们对疼痛的认识比较片面，认为疼痛是疾病的一个症状，只要原发病治好了，疼痛自然就会消失。

所以，至今还有许多患者正在忍受着疼痛的折磨。

生活中大约有57%的人经历过不同程度的头痛。

权威统计数据显示，在欧美等国家约有35%的成年人患有慢性疼痛，而我国的患病率也不容乐观。

有关资料表明，老年人持续性疼痛的发生率高于普通人群，65岁以上的老年人中，近八成经常会感到腰背部、下肢、头面部等疼痛，且较为严重，因此而引起的功能障碍也明显增加。

殊不知，各种疼痛尤其是慢性疼痛，会加速老年性疾病的发生，这样就形成一个恶性循环。

疼痛患者中还有很多是职业群体，如司机易患腰脊椎疼痛，经常在电脑桌前久坐者和伏案一族容易患颈腰痛、肩背痛，用脑过度、压力过大可能会造成头痛等。

要在日常生活中预防疼痛，不但要进行必要的锻炼，工作和生活中还要注意保持正确的姿势，而且一旦出现疼痛则应及时就医治疗。

临床实践表明，每一位疼痛患者都有其独特的表现方式，而患者的主观体验和客观表现又是千差万别。

所以，只有更多地了解疼痛医学知识，才是正确把握疼痛防治的关键。

每年10月份的“世界镇痛日”和“中国镇痛周”活动，旨在唤起全社会对疼痛的关注。

急性疼痛是最常见的一个症状，而慢性疼痛是最常见的一种疾病。

免除疼痛，是每位患者的基本需求，也是医生的神圣职责。

<<疼痛一本通>>

内容概要

疼痛已被现代医学列为继呼吸、脉搏、血压、体温之后的第五大生命体征。

疼痛的发生与机体受到损伤密切相关，但疼痛又是一种极其复杂的临床病症。

目前，在欧美等国家和地区，疼痛诊疗已被规定为医院的一项基本医疗服务内容。

我国卫生部于2007年颁布文件，要求有条件的全国二级以上医院建立疼痛科。

面对疼痛，应该重视并积极消除，而不应该忍受，否则疼痛将会影响你的生活和工作，毁掉你的健康，严重的疼痛甚至还可致命。

本书对人体多种疾病引起的疼痛做了详细的阐述，并提供多种解决的方案，让患者即使不去医院、不打针、不吃药，也可以缓解和消除疼痛。

本书使广大疼痛患者从中受益，远离疼痛带来的痛苦，是一本实用的家庭科普读物。

<<疼痛一本通>>

作者简介

樊碧发，现任卫生部中日友好医院疼痛科主任，全国疼痛诊疗研究中心副主任，美国纽约州立大学客座教授，中华医学会疼痛学分会候任主任委员，北京疼痛学会名誉主任委员，《中国疼痛医学杂志》副主编等。

曾留日本金泽医科大学、旭川医科大学研修临床疼痛学。

<<疼痛一本通>>

书籍目录

引子 幸福人生不要痛 为什么人老了,疼痛不离身 疼痛,不是能忍则忍 止痛药不是你的止痛法宝 中老年疼痛需要心理治疗 头痛 警报信号 高血压急症 慢性硬膜下血肿 脑动脉瘤 脑瘤 颈椎病 青光眼 偏头痛 三叉神经痛 鼻咽癌 内耳肿瘤 脑震荡 养之有道 避免不良气味导致头痛 改正引起头痛的坏习惯 夏季头痛不能忍 芳香精油治头痛 解除酒后头痛 当心午睡引起头痛 消除头痛的几种实用方法 动之有道 防止慢性头痛的健康体操 呼吸运动法,帮你摆脱头痛 按摩穴位,头痛减轻 太极拳消痛法 勤梳头,疼痛去无踪 健康锦囊 看病时要准确描述头痛的症状 千万不能大意的几种头痛 头痛要做的检查 可能引起头痛的药物 减轻头痛的冷、热敷法 遇到头痛时如何就诊 自我心理调节有助于消除头痛 想象疗法可缓解紧张性头痛 避免容易引起偏头痛的食物 睡不对,头会痛眼痛牙痛颈肩胸痛 痛腹痛腰腿痛关节痛生殖器官疼痛

<<疼痛一本通>>

章节摘录

头痛警报信号高血压急症高血压急症包括急进性高血压、高血压危象和高血压脑病。

该症是指高血压患者在短时间内（数小时或数天）血压显著地急骤升高，同时伴有心、脑、肾、视网膜等重要的靶器官功能损害的一种严重危及生命的临床综合征，可见于高血压病和某些继发性高血压，其发生率占高血压患者的5%左右。

高血压急症常引起靶器官的功能严重障碍，甚至衰竭。

原有动脉硬化的病人易突发高血压脑病，大多发生在下午5点~8点，习惯夜生活者发作时间可延至午夜12点左右。

高血压第二、三期患者常因紧张、精神创伤、疲劳、寒冷等诱发高血压危象，甚至导致心力衰竭。

未经适当治疗的高血压病患者易发生急进性高血压。

常规使用降压药物不奏效的顽固性高血压患者，血压易持续升高，并合并心、脑、肾损害。

中老年男性，如患有高血压并发主动脉夹层动脉瘤，也需格外注意。

疼痛特点：高血压平时头痛是比较少见的，有也只是昏痛夹杂、钝痛而已。

但出现上述几种急症突变时，则有明显的难忍头痛，有爆裂沉重感、全头痛、血压骤升，甚至可成为中风的先兆。

其他症状：常伴有眩晕、耳鸣、恶心呕吐、心悸、眼花，甚至肢体乏力麻木、精神异常。

<<疼痛一本通>>

编辑推荐

《疼痛一本通》：引起疼痛的99种疾病，一目了然查病因，消除病痛的233种方案，省钱省时更轻松，缓解疼痛的66种健康体操，不打针，不吃药，看医生不如多运动，让疼痛不再发生的117种经典良方，让你成为自己最好的医生。

头痛11种疾病引起的头痛，明明白白查找病因。

7种养之道，15种动之道，轻松消除头痛之因，免除头痛困扰。

牙痛7种牙痛的警报信号，早期预防，解除痛苦。

牙周病的5字保健法，健齿护齿有良方。

缓解牙痛八法，解除痛苦有妙招。

颈肩痛32个缓解颈肩疼痛的小动作，让你无痛一身轻。

4个小验方轻松治疗颈肩痛。

健康可以自己管理。

胸痛20种因素可引起胸痛，不要把胸痛不当回事。

养心护心七大方法，养生关键是养心。

按摩缓解冠心病，找对经络也去痛。

腹痛腹痛有9种，查查你是哪一种。

胃溃疡防治九大方法，胃病也会引起腹痛。

八大穴位按摩防治腹痛，简单有效，一看就会。

15种胆囊炎、胆石症常用食疗方，吃对食物不吃药。

腰腿痛8种你想不到的腰腿痛的病因，解决腰腿痛的55种方法，9种养腰护腿的方案，腰腿好，精神旺

。关节痛9类导致关节痛的病症，是中老年常见的现象，要一个快乐的晚年生活，就要养之有道，动之有道。

生殖器官痛7种引发生殖器官疼痛的病因，影响工作，也影响了生活。

养之有道的健康方案，远离生殖器官的疼痛，开心生活每一天。

眼睛痛6类眼病让我们的眼睛饱受折磨，23种养眼护眼方案，还你一双明亮的眼睛。

<<疼痛一本通>>

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>