

<<高血压用药宜忌与日常调养>>

图书基本信息

书名：<<高血压用药宜忌与日常调养>>

13位ISBN编号：9787538868388

10位ISBN编号：7538868380

出版时间：2012-2

出版时间：黑龙江科技

作者：李淑荣

页数：213

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>

## <<高血压用药宜忌与日常调养>>

### 内容概要

明明白白细说生活常见病专家解读疾病帮你找到调养良策，寻找疾病根源破译疾病密码做自己的健康医生。

《高血压用药宜忌与日常调养》由李淑荣编著，献给渴求健康的患者朋友教你从病理入手，根据不同症状，正确用药，合理膳食，注重调养。

生命的底线是健康，不生病才是大智慧可怕的不是疾病本身，是对疾病的无知和恐惧，多管齐下，全面提高生命质量。

## <<高血压用药宜忌与日常调养>>

### 书籍目录

认识高血压

高血压的形成原因

高血压的预防与治疗

高血压的检查与并发症

高血压的药物治疗

高血压的物理疗法

高血压患者日常情绪调节

高血压患者日常生活注意事项

高血压患者工作出行注意事项

高血压患者运动健身注意事项

低血压的诊疗和生活宜忌

低血压的药物治疗

高血压患者饮食调养原则

高血压患者宜食的各种食物

高血压患者饮食调养食谱

低血压患者饮食调养食谱

## <<高血压用药宜忌与日常调养>>

### 章节摘录

为什么睡觉时盖过厚的被子不利于降低血压 人在睡眠时血压会下降，可减轻血管负担。人在睡觉时生理机能降低，各器官所需的供血量减少，心脏的负担降低，所输出的血量也就会减少，如此一来，末梢血管的阻力就会变小，血液能顺利流通，血压自然就会下降。但即使在休息时，一定量的血液流动和氧气补给对于维持生命也是必不可少的。如果此时所盖的被子过于厚重，氧气的消耗量就会增多，为了补偿这种消耗，身体就会强迫心脏维持输出，这样一来，即使夜间睡觉时，人的血压也会居高不下，不利于患者病情的稳定和恢复。

高血压患者为什么不可忽视打鼾 许多高血压患者都爱打鼾，许多人认为这是正常生理现象而不力以重视。

事实上，打鼾易引发呼吸暂停现象，对高血压患者的威胁性很大。

少于10秒的呼吸暂停不会影响动脉血液中的氧含量，属于正常现象；但如果一次暂停达10秒以上，则会对身体产生很大的危害。

呼吸反复暂停，将产生缺氧及二氧化碳潴留，可引起肺动脉高压；中枢神经系统缺氧可导致交感神经兴奋，释放肾上腺素升压物质，使周围血管收缩，血压上升；同时，如果发生呼吸暂停，患者会因憋闷而转醒，如果这种情况反复出现，就会影响患者的睡眠质量。

因此，阻塞性睡眠呼吸暂停可使冠心病、脑血管意外的发生率大大提高；如果高血压患者合并有左心室肥厚，则容易因交感神经兴奋、缺氧和高碳酸血症引起心律失常或猝死。

因此，高血压患者千万不可忽视打鼾现象，要及时向医生咨询缓解的办法，并掌握应对突发状况的措施。

.....

<<高血压用药宜忌与日常调养>>

编辑推荐

医学专家告诉你“疾病三分治、七分养”调治结合 健康是福，健康是金

<<高血压用药宜忌与日常调养>>

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>