

<<中风-最佳保健方案>>

图书基本信息

书名：<<中风-最佳保健方案>>

13位ISBN编号：9787539030470

10位ISBN编号：753903047X

出版时间：2007-4

出版时间：江西科技

作者：刘平

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>

<<中风-最佳保健方案>>

内容概要

《中风最佳保健方案》从中风病因、临床表现、用药、运动与康复、生活起居、心理、护理、婚育、性生活等方面为广大读者提供有参考和实用价值的防治知识，帮助病人纠正和克服违反科学的、不健康的、片面的陋习和生活习惯，指导广大读者按科学的方法达到养生、保健、长寿的目的。

<<中风-最佳保健方案>>

书籍目录

一、概述 (一) 中风的病因 / 2 (二) 中风的诱因 / 5 (三) 中风的分类 / 5 (四) 中风的临床表现 / 8 (五) 中风的辅助检查 / 11 (六) 中风的诊断 / 19 (七) 中风的鉴别诊断 / 23 二、药物保健方案 (一) 急性期药物治疗 / 26 (二) “中性”药物治疗 / 27 (三) 出血性中风的药物治疗 / 28 (四) 缺血性中风的药物治疗 / 32 (五) 中医药治疗 / 36 三、饮食保健方案 (一) 饮食原则 / 48 (二) 饮食营养保健 / 49 (三) 食疗药膳 / 53 (四) 中风病人宜食用的食品 / 59 (五) 饮食宜忌 / 67 四、运动康复保健方案 (一) 运动的益处 / 76 (二) 运动项目 / 77 (三) 医疗体操 / 84 (四) 四季运动保健 / 90 (五) 康复运动保健 / 93 (六) 偏瘫康复 / 101 (七) 肢体功能康复运动 / 113 (八) 其他康复训练 / 122 五、日常生活起居保健方案 (一) 居室保健 / 130 (二) 冬季保健 / 136 (三) 生活起居保健 / 137 (四) 洗浴保健 / 139 (五) 休闲保健 / 141 (六) 穿衣保健 / 144 (七) 睡眠保健 / 145 (八) 戒烟限酒 / 147 (九) 饮茶保健 / 149 (十) 工作保健 / 150 六、预防保健方案 (一) 预防中风危险因素及诱发因素 / 156 (二) 中风的三级预防 / 161 (三) 预防中风的“三个半分钟”和“三个半小时” / 161 (四) 预防缺血性中风的复发 / 162 (五) 控制血压预防中风 / 164 (六) 控制血糖预防中风 / 165 (七) 延缓动脉硬化预防中风 / 166 (八) 治疗心脏病预防中风 / 166 (九) 调控血脂预防中风 / 167 (十) 控制肥胖预防中风 / 168 (十一) 调控饮食预防中风 / 169 (十二) 经常饮茶预防中风 / 171 (十三) 合理饮水预防中风 / 172 (十四) 戒烟限酒预防中风 / 173 (十五) 疏通大便预防中风 / 175 (十六) 防御寒冷预防中风 / 176 (十七) 调整情绪预防中风 / 176 (十八) 加强体育锻炼预防中风 / 177 (十九) 预防中风复发 / 177 (二十) 预防小中风发作 / 179 (二十一) 预防药物性中风 / 179 七、心理保健方案 (一) 说理开导疗法 / 184 (二) 以情胜情疗法 / 185 (三) 意念诱导疗法 / 185 (四) 祝由疗法 / 186 (五) 心理支持疗法 / 186 (六) 行为疗法 / 187 (七) 精神分析法 / 190 八、护理保健方案 九、婚育、性生活保健方案

<<中风-最佳保健方案>>

章节摘录

版权页：（一）中风的病因（1）动脉粥样硬化：特点为受累动脉的内膜有类脂质的沉着，引起内膜增生，导致管腔闭塞或管壁破裂出血等严重后果。

与高血压、过度紧张、激动、过度抽烟等因素密切相关。

（2）血管炎症：包括感染性脑动脉炎、胶原性动脉炎、非感染性动脉炎等，都可以使脑血管的理化性质发生改变，从而导致梗塞和出血的发生。

（3）血管先天畸形：脑动脉瘤、颅内静脉畸形、脑底动脉环的正常变异、一侧颈内动脉或椎动脉的先天性狭窄常可导致脑出血或脑梗死。

（4）脑外伤：可导致脑血管破裂，直接引起脑出血，而且可以造成血管壁的病损，内膜下血肿或撕裂，在此基础上形成血栓或出血。

（5）糖尿病：脑血管疾病患者中有30%~40%的人患有糖尿病。

糖尿病是脑血管病三大危险因素之一。

其特征是：脑梗死病例多于脑出血；脑梗死以中小梗塞病灶多见，常为多发。

糖尿病患者动脉硬化比常人快。

（6）血液病：包括出血性疾病，由于正常的止血凝血功能发生障碍，可出现全身出血倾向，易引起出血。

发生出血的主要原因为血小板异常、毛细血管异常、凝血功能障碍以及复合因素引起的出血，上述情况可在全身引起出血，但以脑内出血最为严重。

各种类型的白血病，均可引起神经系统损害，其中以脑内出血较多见，这是白血病最常见的并发症。

真红细胞增多症是一种原因不明的造血组织增生的疾病。

本病常伴有血管病变，特别是脑血管循环障碍。

（7）肿瘤：肿瘤并发中风占14.6%，脑瘤血管丰富，可因血管破裂而突然发生脑出血；也可因浸润或压迫血管壁引起脑缺血症状。

心脏和肺部的肿瘤，也可造成脑栓塞。

（8）药物：降压药、镇静药、安定剂、抗抑郁药都可引起直立性低血压，从而诱发椎一基底动脉缺血。

服用大量硫酸盐、酒精和抗惊厥剂的患者，可出现低凝状态，从而导致硬膜外或硬膜下出血及脑、脊髓的实质内出血。

<<中风-最佳保健方案>>

编辑推荐

《中风最佳保健方案》极具有价值且便于家庭医学的使用，不但有最新的医学研究根据，而且浅显易读，亲切温馨，权威可靠，就像您的家庭医师，随时随地答疑解惑，为您设定一套最适宜的保健方案，提供最新保健资讯和权威指导。

<<中风-最佳保健方案>>

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>