

<<高血压家庭保健知识百科>>

图书基本信息

书名：<<高血压家庭保健知识百科>>

13位ISBN编号：9787543938144

10位ISBN编号：7543938146

出版时间：2009-8

出版时间：上海科学技术文献出版社

作者：赵文群

页数：367

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>

## <<高血压家庭保健知识百科>>

### 前言

随着社会经济的日益繁荣，人们生活水平的提高和生活节奏的日趋加快，人们的日常饮食已经从温饱型状态逐渐进入一种高热量饮食，少运动消耗，多紧张焦虑的状态。

这种生活模式，对人的身体和心理均造成了不同程度的损害，甚至诱发了各种疾病，使原本幸福美好的生活蒙上了一层被疾病折磨的阴影。

基于此，我们组织编写了这本《高血压家庭保健知识百科》。

本书尽可能地运用通俗易懂、形象生动的语言来讲述高血压的发生、发展规律以及预防和治疗的方法，力求能详细地回答广大读者心中最关心的问题，消除大家对医生诊疗过程的神秘感，指导患者正确地就医，科学健康地养病。

本书主要内容是介绍有关高血压的产生、发展以及防治的情况。

作为人群中一种常见的疾病，一种严重危害人们健康的疾病，高血压是心力衰竭、肾功能衰竭以及脑卒中的重要病因。

其发病率在世界各国都很高，包括欧美国家与许多发展中国家，我国高血压的发病率也呈逐年上升的趋势。

为了能让有效地防治高血压，本书主要围绕高血压的发生、发展、预防和治疗展开介绍，除了介绍了有关高血压的基础知识，还重点介绍了常见的高血压的诊断、治疗知识以及高血压的预防康复知识。力求做到内容通俗易懂，简明实用，给广大高血压患者及其家属提供一定的实际帮助。

## <<高血压家庭保健知识百科>>

### 内容概要

本书主要围绕高血压的发生、发展、预防和治疗展开介绍，除了介绍了有关高血压的基础知识，还重点介绍了常见的高血压的诊断、治疗知识以及高血压的预防康复知识。力求做到内容通俗易懂，简明实用，给广大高血压患者及其家属提供一定的实际帮助。

## <<高血压家庭保健知识百科>>

### 作者简介

赵文群，毕业于河北中医学院，长期从事中医教学、临床和科研工作。

现任河北工程大学医学院教授，主任医师。

编写过《中医内科学》《金边要略选编》等教材，及《中成药自我选用》一书，并撰写中医科普文章多篇。

临床上对中医疑难病症的治疗有独到之处，获得

## <<高血压家庭保健知识百科>>

### 书籍目录

第一章 高血压的基本常识 血压是什么 一天内人体的血压变化 影响血压的因素 什么是高血压 为什么会患高血压 新发现的高血压致病机制 高血压对身体健康的危害 高血压的分类 高血压的分期 高血压与高血压病 高血压与高血脂 高血压与糖尿病 高血压的诱发因素 儿童高血压的判定 青年人高血压的特点 老年人高血压的特点 女性高血压 妊娠高血压综合征第二章 高血压的症状信号 高血压的主要症状 高血压六大危险信号 青壮年发生高血压的诱因是什么 A型性格的人易患高血压 警惕：高血压诱发肾病的临床表现 高血压常见的并发症和伴随疾病 高血压为什么要提前预防第三章 高血压的检测 健康人与高血压患者都应经常自测血压 怎样正确自测血压 高血压患者的检查项目 高血压诊断标准 高血压的分级 临界高血压诊断 .....第四章 高血压的药物治疗第五章 高血压的饮食治疗第六章 高血压的运动与心理治疗第七章 高血压的其他治疗第八章 高血压患者的自我保健第九章 高血压患者的生活方式第十章 高血压患者的生活禁忌第十一章 高血压患者的生活误区

## 章节摘录

血压是什么人体的循环系统包括心脏、血管以及调节血液循环的神经和体液组织，它们之间互相连接，构成一个基本封闭的“管道系统”。

正常的心脏是一个强有力的肌肉器官，如同一个水泵一样，日夜不停、有节律地搏动着。

心脏在一缩一张的过程中，血液便在循环器官中川流不息。

当血液在血管中流动时，不论心脏收缩还是舒张，都会对血管壁产生一定压力。

流动的血液对血管壁产生一定的压力，称为血压。

由于血管分动脉、毛细血管和静脉，所以也就有动脉血压、毛细血管压和静脉压之分。

通常说的血压是指动脉血压。

心脏每时每刻都在不停地收缩和舒张，当心脏收缩时将血液射入动脉，这时所产生的最高压力称为收缩压，也就是平时所说的高压。

待心室将血排完，心室由收缩状态变为舒张状态，血液依靠主动脉的弹性推动前进，此时动脉血管内血压降至最低，称为舒张压，也就是通常所说的低压。

收缩压减去舒张压的差值称为脉压。

每一心动周期的动脉血压平均值称为平均动脉压。

由于舒张期时程长于收缩期，故平均动脉压不是收缩压与舒张压的平均数，而是更接近于舒张压，大约等于舒张压加 $1/3$ 脉压。

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>