

<<巧用中医健康不老>>

图书基本信息

书名：<<巧用中医健康不老>>

13位ISBN编号：9787543956346

10位ISBN编号：7543956349

出版时间：2013-1

出版时间：上海科学技术文献出版社

作者：CCTV《健康之路》栏目

页数：218

字数：173000

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>

<<巧用中医健康不老>>

内容概要

关注大众保健意识,倡导健康生活,《健康之路》是中央电视台科教频道的节目,以演播室为主,每次围绕有关卫生与健康的一个主题请国内一流的医学专家到演播室,做嘉宾主持直接回答观众的问题。CCTV《健康之路》栏目编著的《巧用中医健康不老》收录了栏目养生知识以供读者参考。

<<巧用中医健康不老>>

书籍目录

如何为健康投资
读谚语话养生
生活方式与脑健康
立春了吃什么
夏天不妨吃点“苦”
立秋与贴秋膘
话说生姜
怎样喝茶更健康
能让你健康的食品
健康生活从早餐开始
厨房里的营养学
清晨的健康警告
中医治疗糖尿病
糖尿病患者的幸福生活
糖尿病的自我按摩
中医按摩治疗肩周炎
感冒的自我按摩
中医话减肥
局部锻炼来减肥
健康美女练出来
85岁老中医养生之道
王部长的健康生活
中药有不良反应吗

<<巧用中医健康不老>>

章节摘录

版权页：一直到了早晨7点钟才把夫人叫醒告诉她，说他很难受，等到司机把他送到我们医院的时候，已经是上午9点钟了，一检查，已经出现心肌梗死症状了，这样就延误了病情。

我们和患者说如果真正出现典型的心绞痛的时候，到达医院的时间是越早越好，原则上是在6小时之内，这就是我们经常说的“时间就是心肌细胞”了。

从这个意义上说，时间就等于心肌细胞，不要抗。

张维君：对，不要抗，我曾经遇见一个60岁的人，1.80米的个子，他说他十多年来没有看过一次病，他这次一来，就是胸骨后剧烈疼痛，痛得大汗淋漓，豆大的汗珠都出来了，他还告诉老太太，说千万不要通知子女，为什么呢？

因为子女太忙了，没有时间请假。

这次实在不行了，老太太看他豆大的汗珠流下来，面色苍白，说不能不打电话了，等儿女们把他送到医院，距离当初发病已经10小时了。

一到医院，一下子心脏骤停，呼吸没有了，于是给他做心肺复苏才把他抢救过来。

心跳有了，呼吸有了，但是脑子还没有清醒。

我们就对患者家属讲，要做好两种准备，一种是很可能我们能够把他救过来，脑子能清醒；另一种可能就是植物人。

如果成了植物人，那真的是个人受罪，家庭受累，熬下去的话负担就更重了。

这种有了症状以后硬抗的、有了症状以后不好意思惊扰家人的、有了症状以后不及时通知医生和救护车的做法是不对的，除此之外，还有什么做法不对呢？

洪昭光：发病以后不延误，这是非常重要的。

实际上就是注意三件事，第一件事，不要再动了，就地卧倒，别紧张，越紧张耗氧越多，越动耗氧越多；第二件事，如果你身边有药，就把阿司匹林含在舌头下面，把100毫克的阿司匹林嚼碎了，一片40毫克，两片半就是100毫克，这是很管事的；第三件事，一定别自己去找医生，一定让医生来找你。

<<巧用中医健康不老>>

编辑推荐

《巧用中医健康不老》由上海科学技术文献出版社出版。

<<巧用中医健康不老>>

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>