

<<防治老年病健康法>>

图书基本信息

书名：<<防治老年病健康法>>

13位ISBN编号：9787545207293

10位ISBN编号：7545207297

出版时间：2010-8

出版时间：上海锦绣文章

作者：《金色年代》杂志社 编

页数：159

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>

<<防治老年病健康法>>

内容概要

“金色书系”是上海故事会文化传媒有限公司所属《金色年华》杂志社全力推出的、针对中老年人的生活类丛书，内容涉及营养饮食、身心健康、和谐家庭、享受生活等方面。

《防治老年病健康法》选取二十余种老年病，以生动案例引入，讲述疾病的特性、预防、治疗及调养方法，兼顾科学性和可读性，令人一目了然。

<<防治老年病健康法>>

书籍目录

第1篇 血管治理要疏不要堵 防治高血压：健康血压的“减负”计划 防范心肌梗死：别让生命戛然而止 防治心律失常：拥有一颗健康、有力的心脏 心绞痛：不可忽视的心脏病信号第2篇 防治老年性痴呆：我要越活越聪明 绝不让中风击垮 防治老年肺结核：第3篇 别让结核毁了肺部健康 别让支气管炎盗走你的健康 春季，小心哮喘的“回马枪”第4篇 调五脏让内分泌重归“正轨” 防治老年甲亢：甲亢线索善隐蔽及早发现治疗佳 糖尿病不可怕，给血糖加道“闸”第5篇 平衡代谢健康不倾斜 吃出来的关节痛 得了尿路结石，也要畅快生活第6篇 消化道要靠养吃得香才能睡得着 打好保“胃”战，生活才有味 防治胆石症：拒绝胆结石成为健康“绊脚石” 防治脂肪肝：发福肝脏该如何科学“瘦身” 佳节欢聚莫伤身，教你巧防胰腺炎第7篇 双腿要建“防护林” 腰腿强健更舒心 为自己投资蓝筹“骨” 教你如何防治骨质疏松症 冬季，躲开骨折的“暗箭” 防治静脉曲张，腿健不变老 防治腰腿痛：腰腿健，生活才有力

<<防治老年病健康法>>

章节摘录

插图：“哥，这可不行。

晚上睡不好，第二天血压就容易高。

你这两天血压控制得怎么样？

”弟弟担心地问道。

“老样子呗。

”“什么老样子，他已经好一阵没测过血压了。

”罗太太说道，“最近他们公司忙，恐怕连吃药的时间都没有了。

”“这可不行啊。

哥，现在还没有一种药物可以根治原发性高血压呢，要把高血压控制好，就得遵循长期服药的原则，最忌讳吃吃停停了。

”“别听你嫂子瞎说，虽然我平时不测血压，但降压药可没一顿落下的。

”“哥，你现在都吃些什么降压药啊？

”“和你一样，珍菊降压片啊。

”“这药我早不吃啦。

这几年，根据血压监测结果，医生不断给我调整用药呢。

哥，也应该看看医生调整药物。

”“不用。

我一直按时服药，也没有什么不适应的症状，不需要看医生。

”“你哥实在忙得抽不开身。

要不你告诉我，你现在吃啥降压药，明天我也上医院给他配。

”罗太太急忙打听道“嫂子，这可不行。

每个人血压控制情况不同，用药也不一样。

我听一位专家说过，高血压用药不仅得挑副作用小、疗效好的药，而且服药不能跟着感觉走，得坚持长期用药，坚持长期监测血压才行。

我现在每天早上都量血压、做记录，每一两个月和医生交流一次，这两年血压都控制在正常值。

哥，你别忘了咱爸……”一脸严肃的罗慎，说到这儿不禁叹了口气。

原来他的父亲正是在82岁那年秋季，高血压引发脑中风离世的。

“小弟，你也太小心谨慎了。

咱爸那时医疗条件哪有现在好？

再说了，咱们现在才60，离80还早着呢。

咱们还是谈正事，说说生日宴该怎么办吧。

”罗强不以为然，岔开了话题。

罗慎知道哥哥脾气倔，叹了口气，不再劝了。

<<防治老年病健康法>>

编辑推荐

《防治老年病健康法》：要目选登：防治高血压：健康血压的“减负”计划；绝不让中风击垮；防治老年性痴呆：我要越活越聪明；糖尿病不可怕——给血糖加道“闸”；打好保“胃”战生活才有味；防治脂肪肝：发福肝脏该如何科学“瘦身”；教你如何瀚治骨质疏松症；冬季，躲开骨折的“暗箭”。

<<防治老年病健康法>>

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>