

<<名家会诊冠心病>>

图书基本信息

书名：<<名家会诊冠心病>>

13位ISBN编号：9787801881656

10位ISBN编号：7801881656

出版时间：2004-1

出版时间：现代出版社

作者：胡大一

页数：240

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>

<<名家会诊冠心病>>

内容概要

随着人民生活水平的不断提高，人均寿命的延长，心血管疾病的发病率和死亡率也在增长，严重威胁着中老年人的健康和生命。

高血压和冠心病的防治已成为全社会关注的问题。

长期以来由于错误的传统观念，或者是因为无知，在某些高血压与冠心病患者的认识中存在着某些不讲科学、不懂科学的误区。

要想战胜高血压与冠心病，只有让人们了解导致高血压病、冠心病的危险因素和发病心病，只有让人们了解导致高血压病、冠心病的危险因素和发病过程，掌握其防治方法，加强自我保健意识，改变不良生活方式，才能有效降低心血管疾病的发病率和死亡率。

<<名家会诊冠心病>>

书籍目录

一、认识危险因素 预防为主 认识冠心病 冠心病的分类 不良生活方式与冠心病 性格与冠心病 冠心病与遗传 糖尿病与冠心病 高脂血症与冠心病 高血压与冠心病 冠心病的两级预防 冠心病防“变”措施 预防再次心肌梗死 预防冠心病猝死 预防冠心病药物ABC 可预防动脉硬化的食物

二、区别不同征兆 尽快确诊 心脏病的先兆信号 怎样早期发现冠心病 怎样早期发现急性心肌梗死 怎样辨别心痛与胃痛 明辨“真假”心绞痛 心绞痛自我诊断 警惕隐性冠心病 冠心病“八看” 辩轻重 心脏病的自我检测 心肌梗死自测问卷 冠心病发作时的急救方法 心脏骤停时的抢救与处理

三、时间就是生命 及时治疗 冠心病的治疗方法 冠心病的中医防治 冠心病病人如何使用急救药盒 服用硝酸甘油的“八项注意” 各年龄段冠心病病人的心理疏导 冠心病运动处方 治疗冠心病的常用功法 冠心病患者养生指南 冠心病患者的日常预防保健 冠心病患者的饮食原则 喝好三杯“安全水” 冠心病病人与鸡蛋牛奶 冠心病病人限盐不忘补钾 冠心病患者的三级护理 冠心病病人也能长寿

<<名家会诊冠心病>>

章节摘录

不良生活方式与冠心病吸烟与冠心病吸烟对心血管产生的不良影响仅次于高脂血症与高血压，为冠心病的第三大危险因素。

吸烟作为冠心病的独立因素已为人们公认，大量流行病学调查表明，吸烟者冠心病的发病率较不吸烟者要高2—6倍以上，发生心肌梗塞的危险性增加1—5倍。

冠心病死亡率与吸烟量成正比，尤其在较年轻的吸烟者中，死于冠心病的危险性是不吸烟的2—5倍，吸烟的年轻妇女危险性可高达10倍。

吸烟与心绞痛的关系也甚为密切，在吸烟与不吸烟两组中，心绞痛的发生率分别为11，9%和4，5%，差别很显著。

吸烟有害健康这是人所共知的，但是很多人认为烟是吸到肺内，不会引起心脏病，这是错误的。

因为血液循环是通过肺部与外界进行物质交换，摄取空气中的氧气，排出体内二氧化碳。

烟雾中所含的大量有害物质随烟雾吸进肺里后，可以快速的被吸收到血液中，进而作用到心脏、血管和中枢神经系统，烟草燃烧时释放的烟雾中含有与冠心病有关的化学物质有十余种，能激发和加重冠心病发病的主要成分是尼古丁和一氧化碳。

特别严重的是，吸烟能诱发冠状动脉痉挛，使冠状动脉中的血流减慢，血流量减少，血液的粘稠度增加，导致心肌缺氧，引起心肌梗塞。

所以我们的结论是：吸烟可以引起冠心病、加重冠心病。

饮酒与冠心病酒是一种世界范围普遍食用的饮料。

在中国，酒的酿造有悠久的历史，品种多样。

酒对国人而言不仅是饮品，也是一种文化。

《本草纲目》中提到酒的功效时说：“少饮则和血行气、壮神御风；痛饮则伤神耗血、损胃亡精、生痰动火”，由此可见酒并不像烟那样一定要被封杀。

酒中的主要成分是酒精，大量饮酒尤其是烈性高度酒，对冠心病患者是有害的。

过量饮酒对心血管系统损害的主要是引起血压升高，心率快，心脏氧耗增加，这些都是导致冠心病的危险因素。

所以，大量饮酒对冠心病的发生和发展都是有百害而无一利。

但是偶尔少量的饮酒对健康还是有些益处的。

饮酒应提倡慢品，饮前应吃些食物，这样可以延缓酒精的吸收，减少对身体的伤害。

缺乏体力劳动与冠心病缺乏体力劳动与冠心病之间没有直接的因果关系，但是随着城市化和工业化的进一步发展，使人类的活动发生了明显的变化，生活的方便舒适降低了人们的劳动强度，减少了能量的消耗。

如果再没有适当的体育锻炼，势必会导致肥胖、血脂增高，自然也就增加了冠心病的发病机会。

许多的证据表明：健康成年人长期从事中等量的体力活动可以延长寿命，减少心血管疾病的发生。

体力活动可以促进健康，减少死于心脏病的危险，减少发展为糖尿病的危险，减少发展为高血压的危险，并可以帮助已患高血压者降低血压。

<<名家会诊冠心病>>

媒体关注与评论

书评健康，是全人类关心的话题，但在不同的经济发展时期，它又有其不完全相同的内涵。在我国，过去由于生活所迫，人们首先需要的是温饱；改革开放以来，随着经济的飞跃发展，全国12亿人的温饱问题已基本解决，正在进入和建设小康社会，尤其是科技的不断进步，以及城镇职工医疗保险制度和农村合作医疗制度的改革与完美，人们愈感到懂得医疗保健科学常识的必要。去除迷信、愚昧与落后，提倡文明、科学与健康的生活方式，关注身体健康，提高生活质量，正在逐渐成为文明、科学与进步的社会风尚。

<<名家会诊冠心病>>

编辑推荐

健康，是全人类关心的话题，但在不同的经济发展时期，它又有其不完全相同的内涵。在我国，过去由于生活所迫，人们首先需要的是温饱；改革开放以来，随着经济的飞跃发展，全国12亿人的温饱问题已基本解决，正在进入和建设小康社会，尤其是科技的不断进步，以及城镇职工医疗保险制度和农村合作医疗制度的改革与完美，人们愈感到懂得医疗保健科学常识的必要。去除迷信、愚昧与落后，提倡文明、科学与健康的生活方式，关注身体健康，提高生活质量，正在逐渐成为文明、科学与进步的社会风尚。

<<名家会诊冠心病>>

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>