

<<男性健康问题>>

图书基本信息

书名：<<男性健康问题>>

13位ISBN编号：9787807066477

10位ISBN编号：7807066474

出版时间：2008-4

出版时间：上海远东

作者：上海世纪出版集团

页数：150

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>

<<男性健康问题>>

内容概要

人生在世，健康第一。

有一副好身板，别人夺不去，金钱买不到，权势换不来，健康处于压倒一切的优势。

健康好比一杯白开水，拥有它时感到淡而无味，一旦失去它，便会像置身于茫茫大漠，感到它的珍贵。

没有了健康，你还拥有什么？

本书为《自我保健》尹学兵撰写的医学专家专题采访稿的汇编，针对中年男性常见的健康问题和高发疾病进行专家讲解和分析。

<<男性健康问题>>

书籍目录

第一部分：男性的健康问题 自感不适，检查无病——保健专家洪昭毅谈“亚健康” 自感不适，检查无病就是“亚健康” 中青年是“亚健康”高危人群 亚健康也是一种“文明病” 亚健康通过调整可以回归健康 心情好也可以摆脱亚健康状态 相关链接：脱发属于亚健康的信号

中年人，如何化解健康危机——神经外科专家孙青芳谈中年人健康问题 危机一：“年富”但“力不强” 危机二：数羊数到天明亮 危机三：一副老态龙钟样 相关链接：国外流行的“七快”健康法 面对男性更年期，我们该懂些什么——中国中老年男子健康研究会主席 李江源谈男性更年期 更年期怎么会轮到男人头上 更年期，男女有何不同 哪些男性容易出现更年期综合征 雄激素替代疗法可以制服男性更年期综合征 相关链接：男性更年期症状评分表 “微创”治疗胆囊结石有何优缺点——普外科专家王巍谈胆囊结石 胆囊结石青睐哪些人 导致胆囊结石的主要危险因素有哪些 胆囊结石发作时有哪些典型症状 什么样的胆囊结石易演变成胆囊癌 “微创”与传统手术比有哪些优缺点 胆囊结石患者手术后该注意什么 相关链接：男性常吃花生者不易患胆结石 户外运动发生意外，你知道如何急救吗——康复医学科专家白跃宏谈户外急救方法 潜水发生意外的急救方法 打高尔夫发生意外的急救方法 骑马发生意外的急救方法 攀岩发生意外的急救方法 相关链接：户外运动必备急救箱 哪些人应该特别重视健康体检——医学博士韩小红谈男性体检 健康体检有何好处 体检没发现问题，是不是就万无一失了 哪些人应该特别重视健康体检 为什么两家医院体检结果不一样 人体器官什么时候检查最好 相关链接：哪些体检结果不可信

第二部分：男性的肝脏问题 别把肝脏发“胖”不当回事——肝病专家范建高谈脂肪肝 吃出来的胖子，喝出来的脂肪肝 查出脂肪肝后，许多人不当回事 脂肪肝是糖尿病、高脂血症等慢性病的“帮凶” 何种脂肪肝需药物治疗 相关链接：脂肪肝患者宜忌指南 患上乙肝后，防癌比“转阴”更重要——健康教育首席专家杨秉辉谈肝癌 肝癌最怕体检 高危人群每半年应做一次防癌检查 防癌比“转阴”更重要 重视一级预防 治疗肝癌哪些方法较好 相关链接：癌症早期有“八大警号”

第三部分：男性的泌尿问题 男性为何易患尿结石——泌尿外科专家孙忠全谈尿结石 尿结石是怎样的一种病 男性为什么比女性更易得尿结石 尿结石患者需要做哪些检查 怎样才能避免尿结石复发 体外碎石会损伤到肾脏吗 相关链接：经常吃夜宵，小心患上尿结石 尿道口滴白是慢性前列腺炎的征兆吗——泌尿外科专家陈磊谈慢性前列腺炎 “低龄化”的原因 慢性前列腺炎出现“低龄化”的原因 慢性前列腺炎会传染吗 患者应该如何配合医生治疗 相关链接：男人憋尿有五大危害 防治慢性前列腺炎的学问——泌尿外科专家何家扬谈慢性前列腺炎的防治 患上慢性前列腺炎后会出现哪些症状 慢性前列腺炎为何难以治愈 患了慢性前列腺炎后怎么办 治疗慢性前列腺炎有哪些方法 慢性前列腺炎病人的自我保健 相关链接：慢性前列腺炎一般不会传染 小便不畅，小心前列腺癌在作怪

一泌尿外科专家叶定伟谈前列腺癌 前列腺增生怎么会变成前列腺癌了呢 前列腺癌早期有何症状 与前列腺癌相关的危险因素有哪些 高危人群怎样预防前列腺癌 前列腺癌筛查主要查什么 前列腺癌主要的治疗方法有哪些 相关链接：患上前列腺癌就应该把前列腺“拿掉”吗

第四部分：男性的ED问题 男性勃起功能障碍困扰多少男人——泌尿外科专家瞿创予谈ED 丈夫患ED，妻子该怎么办 导致男人ED的原因有哪些 自我诊断ED有两种方法 吃了“伟哥”为何不见效 相关链接：自疗ED有四条途径 男性出现性功能障碍该怎么办——泌尿外科专家何家扬谈男性性功能障碍 身强力壮的人为何还会出现性功能障碍 如何正确对待勃起功能障碍 选购性器具该懂些什么 相关链接1：性功能障碍按临床表现可分为哪几类 相关链接2：给性功能障碍者推荐三则食疗方 吃了补肾药就能补肾壮阳吗——中医科专家朱鼎成谈补肾 世上根本没有“壮阳药”，只有“壮胆药” 感情交流是最好的“壮阳药” 夫妻之间要试着谈性问题 相关链接1：肾阴虚和肾阳虚的临床表现 相关链接2：如何增加夫妻性生活的趣味 “过来人”，你真的了解“性”吗——性学家谈老年人性问题 “过来人”中“性盲”占多数 如何让老年人的性生活更有质量 正常而持久的性功能是健康长寿的好兆头 再婚后的老年人，适当安排性生活是正常的生理要求 相关链接1：床第悄悄话该怎么说 相关链接2：何时进行性爱最合适 治疗男性不育，关键是要找出原因——男科专家程怀瑾谈男性不育 何为男性不育症 原发性男性不

<<男性健康问题>>

育与继发性男性不育有何区别 造成男性精液质量下降的原因是什么 何种感染会引起男性不育
日常生活中怎样预防男性不育 诊治男性不育需做哪些检查 治疗男性不育症常用哪些方法
相关链接：经常把手机挂腰上也会导致男性不育第五部分：男性的肾脏问题 长期贫血、胃不舒服，别忘了查肾功能——肾内科专家叶志斌谈肾炎 什么样的症状该查肾功能 什么样的情况要尽早治疗 血尿是哪些疾病的危险信号 相关链接：肾炎真的不会除根吗 “肾衰方”给慢性肾衰患者带来曙光——中医科专家叶景华谈肾衰 肾脏被称为“哑巴器官” 扶正和活血解毒是治疗慢性肾病的重要手段 “肾衰方”给肾病患者带来了福音 相关链接：冬季护肾的自我疗法后记

<<男性健康问题>>

章节摘录

第一部分 男性的健康问题 自感不适，检查无病——保健专家洪昭毅谈“亚健康” 健康是金，如果失去了健康，那么现在所拥有的和正在创造即将会拥有的将统统归为零。

“健康”的定义和标准是人人关心和探究的。

随着时代的变迁，健康的含义也发生了数次变化。

20世纪前期，人们对健康的理解是“不生病就是健康”；1984年，世界卫生组织提出“健康不仅仅是生病，而是身体上、心理上和社会适应上的完美状态”；1989年又增加了道德健康的新观点。

这一定义一直沿用到现在。

可见，“健康”包括生理、心理、社会适应能力和道德行为四个层面。

世界卫生组织对健康的最新定义，说明个体的健康具有社会性因素，在关注生理状况、防治疾病的同时，也不能忽视心理、精神、情绪、环境等因素对人体健康的影响。

自感不适，检查无病就是“亚健康” 尹学兵：健康是每个人追求的目标。

但现代生活的快节奏和巨大压力使人们的身体、心理遭受了种种压力，越来越多的中年人趋向“亚健康”。

那么，何为亚健康？

洪昭毅：按照医学界的说法，亚健康是“介于健康与疾病之间的一种生理功能低下的状态”，也就是常说的“慢性疲劳综合征”。

亚健康的表现主要有：感觉不明原因的疲劳；对环境变化的适应能力降低；免疫能力下降，如容易感冒、口腔溃疡等；机体自身调节机能下降，如情绪易波动、经常失眠，血压、血脂、血糖、血黏度不稳定。

对于亚健康，目前国际上还没有标准化的诊断参数。

我将亚健康的症状特点归结为“自感不适，检查无病”。

中青年是“亚健康”高危人群 尹学兵：现在关于亚健康所占人口的比例说法很多，比较权威的统计是多少呢？

洪昭毅：世界卫生组织的一项全球性调查结果表明，经过专业诊断，20%的人确实患有疾病；真正健康的人仅占5%；75%的人处于亚健康状态。

亚健康是一个动态过程，可能会转为健康，也可能会进一步衍变成疾病。

亚健康人群的年龄段多处于中青年阶段，以城市白领、公安干警及长期从事脑力劳动者居多。

这一年龄段人群大都面临升学就业、人际应酬、职场竞争等压力，长期处于高效率、快节奏的紧张状态，如果不能及时进行自我调适，就容易趋于亚健康。

<<男性健康问题>>

编辑推荐

中年人如何化解健康危机？
面对男性更年期我们该懂些什么？
微创治疗胆囊结石有何优缺点？
男性为何易患尿结石？
男性出现性功能障碍该怎么办？
什么样的症状该查肾功能？

.....本书为《自我保健》尹学兵撰写的医学专家专题采访稿的汇编，针对中年男性常见的健康问题和高发疾病进行专家讲解和分析。

人生在世，健康第一，有一副好身板，别人夺不去，金钱买不到，权势换不来，健康处于压倒一切的优势。

健康好比一杯白开水，拥有它时感到淡而无味，而一旦失去它，便会像置身于茫茫大漠，感到它的珍贵。

没有健康，你还拥有什么？

<<男性健康问题>>

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>