

<<心脏病家庭护理自我保健>>

图书基本信息

书名：<<心脏病家庭护理自我保健>>

13位ISBN编号：9787807397502

10位ISBN编号：7807397500

出版时间：2010-3

出版时间：中原农民

作者：李存富 编

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>

<<心脏病家庭护理自我保健>>

内容概要

《心脏病家庭护理自我保健(家庭实用版)》内容简介：心脏病年年上榜“十大死因”名单，被称为“隐形杀手”。

心脏病的预防与治疗关键在于“早”！

《心脏病家庭护理自我保健(家庭实用版)》以科学的态度，通俗易懂的语言，向各位患者及家属介绍了心脏的心理养护、运动养护、饮食养护、生活起居养护以及冠心病、心力衰竭、心律失常和高血压等常见心血管疾病的防治方法。

内容丰富实用，叙述通俗易懂，适合基层医务人员、心脏病患者及家属阅读，是心脏病病友居家生活保健的必备良书。

<<心脏病家庭护理自我保健>>

书籍目录

第一章 关于心脏病的知识心脏的功劳什么是心脏病掌握生死大权的运输系统胆固醇的功与过心音、心律和早搏肥胖和心脏病距离有多远你的心脏老了吗第二章 冠心病和其他心脏病家族成员冠心病与心脏病什么是冠心病冠心病的本质冠心病的诊断冠心病有哪些特点冠心病的发病原因冠心病与“三高”引发冠心病的危险因素冠心病的“后备军团冠心病认识上的五大误区冠心病病人也能长寿吗冠心病能根治吗冠心病遗传因素冠心病的临床表现冠心病容易与哪些疾病混淆“隐形杀手”：无症状冠心病冠心病与年龄风湿性心脏病先天性心脏病高血压心脏病心肌炎第三章 你需要了解的治疗常识冠心病治疗的“四项基本原则”关于药物治疗的一些常识安全服药很重要冠心病合并心律失常怎么治冠心病常用的检查方法有哪些冠心病的自我检测如何从体表征兆观察冠心病判断儿童先天性心脏病先天性心脏病的术前术后心肌炎的预防和治疗冠状动脉的畅通工程你要“搭桥”吗冠状动脉搭桥术前后儿童心律失常常见的种类第四章 活得滋润点，心脏舒服点是谁在伤害你的心脏要学会关心自己你有这些误会吗生活中的“伤心”细节你会过节吗你知道怎么起床吗旅游的注意事项生活中的不可不忌冠心病病人的“性”福捕捉“漏网之鱼”注意你的睡眠十大举措有效预防心脏病鲜花与健康第五章 吃出健康心脏“黑白分明”疗心病关于健康饮食的一些原则饮食组成与冠心病防治冠心病的“美食兵团”红酒帮您护心抗衰老马齿苋的妙用中草药的良效介入治疗饮食“三部曲”教你轻松“吃掉”高血脂心力衰竭病人该怎么吃心肌梗死患者的饮食原则先天性心脏病患儿术后的饮食禁忌风湿性心脏病的饮食攻略第六章 身体动起来，健康要回来科学运动最有效心脏病的运动处方心脏病患者巧锻炼心脏病病人需要牢记的注意事项冠心病病人的康复运动处方散步悠闲祛心病慢跑跑出健康和谐的瑜伽运动放松心脏靠太极春季踏青带好“保护药”心脏动“刀子”，运动助康复要想心脏好，常做保健操第七章 家庭预防和护理春季重点在预防夏季炎热戒焦躁秋季气爽多运动冬季护心六要素更年期“护心”行动冠心病家庭护理的方法……第八章 愉悦开怀，让心更健康第九章 专家解答60问 附录A 常见食物中脂肪和胆固醇的含量附录B 健康养心食疗方案引

<<心脏病家庭护理自我保健>>

章节摘录

有人经常把心脏和大脑拿出来一起比较，想知道哪个更重要。

这个问题其实很矛盾，因为两者没有什么可比性。

从医学角度看，判断一个人是否死亡，最重要的特征就是脑死亡或者心脏停止跳动，两者都重要，因为两者都是生命存在的象征。

要说到最劳碌的是哪个，那么我们可以肯定地说，是我们的心脏，因为从我们诞生的那一刻起，它就开始跳动，一直到我们生命结束。

所以，心脏很重要，我们应该呵护我们的心脏。

心脏是什么样子呢？

在现代生活中，我们都喜欢用一个桃形来表示心脏，所以也称呼为心形，包含爱的含义，其实我们心脏的形状并没有那么规则。

心脏位于胸腔内，膈肌的上方，两片肺叶之间。

大多数人的心脏都是偏居在我们胸部左侧的，所以俗语中经常有“偏心”的说法。

心脏的形状如一倒置的、前后略扁的圆锥体，像一个桃子。

心尖钝圆，朝向左前下方，与胸前壁邻近，大小和我们自己的拳头差不多，其体表投影在左胸前壁第五肋间隙锁骨中线内侧1~2厘米处，故在此处可看到或摸到心尖搏动。

心底较宽，有大血管由此出入，朝向右后上方，与食管等后纵隔的器官相邻。

心脏表面靠近心底处，有横位的冠状沟几乎环绕心脏一周，仅在前面被主动脉及肺动脉的起始部所中断。

冠状沟以上为左、右心房，冠状沟以下为左、右心室。

在心室的前面及后（下）面各有一纵行的浅沟，由冠状沟伸向心尖稍右方，分别称前、后室间沟，为左、右心室的表面分界。

心脏是一中空的肌性器官，内有四腔：后上部为左心房、右心房，两者之间有房间隔分隔；前下部为左心室、右心室，两者间隔以室间隔。

正常情况下，因房、室间隔的分隔，左半心与右半心不直接交通，但每个心房可经房室口通向同侧心室。

<<心脏病家庭护理自我保健>>

编辑推荐

《心脏病家庭护理自我保健(家庭实用版)》编辑推荐：活得滋润点，心脏舒服点，防治冠心病的“美食兵团”，身体动起来，健康要回来，冠心病能根治吗，养心与养生，心脏病，您最想知道什么——专家解答60问。

br 正确科学的认识，最佳的医治手段，合理的营养药膳，有效的预防措施，适合您的运动和心理疗法，为您的生命健康保驾护航，是寻常百姓防治心脏病的理想必备读物。

<<心脏病家庭护理自我保健>>

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>