

<<上海交大医学院老教授谈医疗保健>>

图书基本信息

书名：<<上海交大医学院老教授谈医疗保健>>

13位ISBN编号：9787807455684

10位ISBN编号：7807455683

出版时间：2009-9

出版时间：上海社会科学院出版社

作者：上海市老教授协会，上海市老教授协会，上海市老年基金会，朱明德

页数：325

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>

前言

随着人民生活水平的提高和社会老龄化程度的加快，祛病延年、健康长寿已成为全社会的责任，也是每位老年人美好的愿望和追求的生活目标。

为了进一步普及健康科普知识，维护和促进自身的健康，受上海市老教授协会委托，上海交大医学院老教授组织编写了“人生百岁不是梦”丛书之一《上海交大医学院老教授谈医疗保健》一书奉献给广大老年朋友们！

本书的编写旨在帮助老年人健康科学地养生，科学地认识疾病，了解疾病的发生、发展，以达到早预防，早发现，早治疗，延年益寿的目的。

本书以预防和解决实际问题为主，突出科学性、实用性和通俗性，选材严谨，紧密结合老年人的实际，力求深入浅出，通俗易懂，使老年人看得懂，用得上，满足老年人实实在在的需要。

我们真诚地希望读者在阅读和使用这本书后，能从中获取更多的信息，了解养生奥秘，增强健康意识，提高自我保健能力，延缓衰老，延年益寿。

<<上海交大医学院老教授谈医疗保健>>

内容概要

《上海交大医学院老教授谈医疗保健》的编写旨在帮助老年人健康科学地养生，科学地认识疾病，了解疾病的发生、发展，以达到早预防，早发现，早治疗，延年益寿的目的。

《上海交大医学院老教授谈医疗保健》以预防和解决实际问题为主，突出科学性、实用性和通俗性，选材严谨，紧密结合老年人的实际，力求深入浅出，通俗易懂，使老年人看得懂，用得上，满足老年人实实在在的需要。

书籍目录

养生与长寿 养生重在生活方式 长寿是动静两相宜 康寿贵在怡养心神 营养与健康平衡 膳食有益 健康饮食与保健食物与疾病 不胖的秘诀 食源性疾病 食源性疾病有七大类 细菌性食物中毒 食源性病毒感染 食源性寄生虫感染 肿瘤细说 癌的“前世今生” 癌症的哲理 思考癌症的预防和早期发现 老年病 家庭护理常识 安排合适的生活环境 养成合理的生活习惯 了解病情 观察和治疗 护理的常识 心理护理特别重要 急诊科 怎样看急诊 老年人跌倒的防治 晕厥处理 神经科 急性脑血管病——中风 心理“感冒”——抑郁症 阿尔茨海默病——老年性痴呆 呼吸科 咳嗽别轻易用抗菌药 病毒性呼吸道疾病的防治 慢性肺间质病 心血管科 谨防无形杀手——高血压病 冠心病的防治与护理 高血脂有什么危害? 消化科 要重视胃食管反流病的防治 溃疡病的防治 老年人要在乎便秘 老年人肝病的防治 “大三阳”和“小三阳”的含义 血液科 不应忽视老年人的贫血 肾脏科 人未老而肾先老 “肾虚”不等于肾功能差 多发肾囊肿与多囊肾是两个病 老年人易患尿路感染 从无肾脏病史, 初诊已是尿毒症 内分泌与代谢科 话说老年糖尿病 科学应对 男女人生更年期 古老又现代的痛风 风湿科 早治显效的类风湿关节炎 饮不解渴的干燥综合征 外科 正确对待胆结石 恼人的腹股沟疝 痔疮的防治 悄悄流行的骨质疏松症 老年人谨防骨关节病 前列腺肥大的诊断与治疗 妇科 有口难开 阴道炎 难言之苦 尿失禁 眼科 老年人首位致盲因素——白内障 老年人第二致盲原因——青光眼 耳科 老年人耳聋的起因 应怎样配用助听器 牙科 拔牙非小事 镶牙要及时 皮肤科 瘙痒症让人心烦 老年人应警惕哪些皮肤肿瘤 善待宠物 谨防人畜共患病 宠物传播的人畜共患病 狗与狂犬病 猫与弓形虫病 鸟与鹦鹉热病 解读临床检查报告 化验检查 影像检查 内镜检查 病理检查 其他检查 后记

章节摘录

4.人口老龄化突出。

常见癌症中70%~80%发生在55~75岁的年龄段。

自然人口中老年人比例的增加必然导致癌症发病比例的增加。

上海人口老龄化的速度与程度相当高,期望寿命值和老龄人口数都高。

癌症发病40岁开始上升,55岁明显高攀,65~75岁高峰运行,85岁以后逐渐下降。

20%的上海人口处在癌症“极高发”的阶段。

5.人口密度特高。

中心城区人口密度更高,而“内环”里的人口密度是“外环”人口密度的2.1倍,比纽约、巴黎、东京高10倍。

上海人口密度过高的后果是:活动空间少,环境污染多(汽车尾气、燃煤废气、垃圾污气等),空气中可吸入的粉尘多。

运动场地少,声光污染。

而紧张、压抑更是一种强大、无形精神污染。

居住、成长、生活、工作在这样的环境中,高血压、糖尿病、心脑血管疾病,还有肿瘤,发病率高是可以理解的。

6.历史教训。

美国的50年代、西欧的60年代、日本的70年代,都曾经历过经济迅速繁荣后遭遇“疾病谱”和“癌病谱”群发、猛发、高发的“医学灾难”。

中国上海的“社会模式”比西方迟到了30年。

鉴于历史、文化、传统的背景差异,上海所面临的这场“灾难”比西方严重得多。

由于现代科学生活知识的相对贫乏,这突如其来的成群病魔,让人们不免有点手足无措。

上海人正经历一场西方国家曾做过的“癌的噩梦”,重复“西方癌症模式”。

这原本是一件可以避免,应该避免,但很难避免的医学事故。

人们会从这个癌症“特殊模式”中学到很多知识、经验和教训。

这对医学家、科学家和政治家都具有教益。

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>