

<<药食结合降伏高脂血症>>

图书基本信息

书名：<<药食结合降伏高脂血症>>

13位ISBN编号：9787509141984

10位ISBN编号：7509141982

出版时间：2010-9

出版时间：人民军医出版社

作者：王强虎

页数：170

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>

<<药食结合降伏高脂血症>>

前言

近年来，高脂血症已成为严重威胁人类健康的又一大杀手，它的并发症主要为心脑血管疾病。

据世界卫生组织统计，全世界每年大约有1500万人死于心脑血管疾病。

心脑血管疾病的病死率已占各种疾病病死率的50%，如果进行早期的血脂诊断、治疗，每年至少可减少600万人的死亡。

在我国现有近1亿的血脂异常患者中，75%的患者无明显临床症状，具有一定的隐蔽性，但随时都有发病的可能。

现代研究表明，血清胆固醇降低1%，冠心病发病的危险性即可降低2%。

由此可见，防治血脂异常的意义重大。

如将低密度脂蛋白胆固醇下降30%以上，与不降脂相比较，可以使再次发生致死或不致死的冠心病下降33%，脑卒中下降29%，心血管疾病病死率下降28%，各种原因的病死率下降22%。

然而，人们对血脂异常的危害缺乏足够的认识，知晓率和治疗率不足1/3，治疗满意控制率不足1/10。

有专家预测，未来20年内，我国高脂血症还将呈不断上升的趋势。

因此，从现在开始，不管您处于什么年龄段，您都必须关注自己的血液健康。

<<药食结合降伏高脂血症>>

内容概要

本书从高脂血症的基本常识入手，详细介绍了高脂血症患者及其家属关心的科学用药、饮食调养、食物疗法及其制做方法等内容。

对高脂血症患者日常生活中科学用药、平衡饮食，合理地调整饮食结构，正确选择有益于高脂血症治疗的药物与食物具有一定的指导作用。

本书通俗易懂，文字简练，图文并茂，适合基层医务工作者以及高脂血症患者学习参考。

<<药食结合降伏高脂血症>>

作者简介

王强虎 陕西华县人，主任医师，国内著名养生学专家，健康类畅销书作者，现为全国针灸临床研究中心陕西中心副主任。

先后发表论文20余篇，出版著作50余部，近700万字，其主要著作不但畅销于大陆，且多部图书的版权输出到港、台地区。

让每个人都健康的生活是作者的恒久信念

<<药食结合降伏高脂血症>>

书籍目录

第1章 基本知识 一、什么是血脂 二、人体不可缺少胆固醇 三、胆固醇异常影响健康 四、胆固醇无好坏之分 五、血脂升高与脂蛋白有关 六、高脂血症是一种什么病 七、高脂血症是如何确定的 八、高脂血症对健康有哪些危害 1. 危害人的视力 2. 危害人的听力 3. 危害人的记忆力 九、西医对高脂血症发病因素的认识 1. 遗传 2. 吸烟 3. 饮酒 4. 饮食 5. 肥胖 6. 雌激素 7. 年龄 8. 内分泌 9. 心理 10. 运动 11. 睡眠 12. 起居 十、中医对高脂血症病因的认识 十一、高脂血症的分类 1. 从临床上 2. 按病因 十二、高脂血症与多种病症的关系 1. 肾病综合征 2. 肝病 3. 糖尿病 4. 便秘 5. 高血压 6. 冠心病 7. 脂肪肝 8. 胆石症 9. 脑血管病 10. 急性胰腺炎 11. 血黏度增高 12. 动脉粥样硬化 13. 股骨头坏死 十三、高脂血症容易盯上哪些人 十四、高脂血症的早期报警信号 1. 皮肤黄色瘤 2. 腿部抽筋 3. 性功能减退 十五、血脂检验单中的英文符号 十六、血脂检验中主要数值的意义 十七、血脂检验应注意哪些事项 十八、人们对血脂认识的常见误区 第2章 基本用药 第3章 饮食调养 附录

<<药食结合降伏高脂血症>>

章节摘录

插图：胆固醇是细胞膜和细胞器的重要构成成分，它不仅关系到膜的通透性，而且是某些酶在细胞内有规律分布的重要条件。

胆固醇参与生成所有的细胞，参与维护、修复或者再生细胞膜。

胆固醇还是血浆脂蛋白的组成成分，可携带大量三酰甘油和胆固醇酯在血浆中运输。

胆固醇是体内合成维生素D的原料，维生素D3缺乏时成年人可发生骨软化症，婴幼儿可得佝偻病。

胆固醇在肝脏可氧化成胆汁酸，帮助脂类的消化与吸收，缺乏时会引起脂溶性维生素缺乏症。

胆固醇为类固醇激素合成的原料，在体内可转变成多种具有主要生理作用的物质。

在肾上腺皮质可以转变成。

肾上腺皮质激素，如皮质醇、醛固酮；在性腺可转变为性激素。

血液中正常的胆固醇含量有一定的抗癌功能。

三、胆固醇异常影响健康胆固醇是从食物摄入或在体内合成的，由于血液中过高的胆固醇可能引起动脉粥样硬化，所以相当多的人谈起胆固醇都认为它完全是一种有害物质。

其实这种认识是错误的。

过多的胆固醇有害，但过少也不行，胆固醇以保持在正常水平为宜。

当其在体内过量时便会导致高胆固醇血症，对机体产生不利的影响。

现代研究已发现，静脉血栓形成、胆石症、高血压病、冠心病、糖尿病等与胆固醇升高有密切的相关性。

现在人们之所以“谈胆固醇色变”，是因为随着人们生活水平的提高，高胆固醇血症的患者也越来越多，心脑血管主要疾病也因之相应增加，所以人们一提起胆固醇就有点儿恐惧心理。

其实，胆固醇如水一样，能载舟也能覆舟。

如果摄入过少，同样会影响人体健康，譬如抑郁症病因之一就与体内胆固醇过低有关，所以应对胆固醇有一个全面的认识。

事实上只有胆固醇过高的患者才需要限制胆固醇的摄入。

<<药食结合降伏高脂血症>>

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>