

<<衣食住行与高血压防治>>

图书基本信息

书名：<<衣食住行与高血压防治>>

13位ISBN编号：9787536655416

10位ISBN编号：753665541X

出版时间：2002-5

出版时间：重庆出版社

作者：李法琦 编

页数：136

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>

## <<衣食住行与高血压防治>>

### 前言

高血压为最常见的心血管疾病之一，是导致我国脑卒中发病率、病残率、死亡率增高的最主要的原因，也是冠心病、心力衰竭、肾功能衰竭和主动脉瘤发病率和死亡率升高的主要危险因素，因此，我们说高血压是严重影响人类健康、长寿和生活质量的“无声杀手”。

随着人们生活水平的提高和寿命的延长，高血压的患病率逐年增高，血压与年龄俱增，60岁以上老年人患病率达30%，65岁以上老年人患病率达50%，80岁以上老年人患病率达65%，其中半数以上为单纯收缩期高血压。

据最近公布的统计资料表明，目前我国约有1亿高血压患者，每年新发病140万人。

但由于我国的经济和文化水平相对落后，对高血压防治知识的普及和教育相对薄弱，加之高血压常常无任何症状，患者对此并不十分重视，患者和很多医务工作者对高血压的认识严重不足，所以，使许多高血压患者得不到理想的诊治，造成了我国高血压防治中面临严重的“三高”（患病率高、病残率高、死亡率高）和“三低”（知晓率低、治疗率低、控制率低）问题。

因此，如何预防高血压的发生和发展，如何及早发现、早期诊断、及时治疗并理想控制高血压便成了降低高血压的患病率、病残率和死亡率，减少高血压对人类健康影响而急需解决的主要问题。

高血压发生、发展的原因很多，但与我们每天的衣、食、住、行密切相关。

高血压的预防、治疗和预后也与我们每天的衣、食、住、行密不可分。

因此，我们必须了解高血压的一些科普知识，从“衣食住行”的角度去预防和养治高血压；再综合运用西医、中医、心理、营养、身心锻炼等措施。

这样，我们就能提高对高血压的知晓率、治疗率和控制率，降低高血压的患病率、病残率和死亡率，进而最大限度地提高我们对高血压的防治能力。

本书参阅了大量国内外文献，汲取了现代中西医防治高血压研究的最新科学成果和技术，选材新颖而广泛。

写作上力求通俗生动，浅显易懂，融科学性、知识性、趣味性、实用性于一体。

深信大家阅读后，可以改变对高血压的错误观念，提高对高血压的认识，树立高血压防治的正确思想，这对于理想控制高血压及其并发症、保障身体健康和长寿定有裨益。

该书虽几易其稿，但毕竟属于从全新角度编写，经验不足，水平有限，不妥之处恳请斧正。

在本书编辑出版过程中，得到了不少专家、学者的指导，谨此致谢。

## <<衣食住行与高血压防治>>

### 内容概要

本书按《衣食住行保健丛书》统一格式体例，分三篇即基础篇、未病预防篇、已病养治篇，全面向广大群众介绍高血压病的基础常识，中西医诊断、预防方法和治疗原则；尤其是介绍蕴含在日常生活即“衣食住行”中的预防和治疗高血压病的知识，是本病患者和易患者的实用参考书，也可供相关医务人员参考。

## <<衣食住行与高血压防治>>

### 作者简介

李法琦，男，1956年6月生。

医学博士，教授、主任医师，硕士研究生导师。

1982年泸州医学院医学系大学本科毕业，获学士学位；1991年重庆医科大学医学一系内科学（心血管病专业）硕士研究生毕业，获硕士学位；1998年重庆医科大学医学一系内科学（心血管病专业）博士研究生毕

## <<衣食住行与高血压防治>>

### 书籍目录

出版者的话前言1.基础篇 1.1 什么是高血压 1.1.1 高血压的定义 1.1.2 高血压的临床表现 1.1.3 高血压的分类 1.1.4 高血压心血管危险绝对水平分层 1.1.5 高血压的临床类型 1.2 高血压对身体的影响 1.2.1 对心脏的影响 1.2.2 对脑的影响 1.2.3 对肾脏的影响 1.2.4 对视网膜的影响 1.2.5 对大血管的影响 1.3 高血压的预后 1.3.1 威胁患者身体健康,甚至生命 1.3.2 高血压对我国经济可持续发展战略的影响 1.3.3 高血压是能够预防的2.未病预防篇 2.1 哪些人容易患高血压 2.2 哪些因素容易导致高血压 2.3 如何用现代医学手段早期发现和预防高血压 2.4 如何从“衣”的角度预防高血压 2.5 如何从“食”的角度预防高血压 2.6 如何从“住”的角度预防高血压 2.7 如何从“行”的角度预防高血压 2.8 如何从“精神、心理”角度预防高血压3.已病养治篇 3.1 现代医学对高血压的治疗决策、计划和目标 3.2 治疗高血压的具体方法 3.3 传统中医对高血压的治疗原则与方法 3.4 如何从“衣”的角主养治高血压 3.5 如何从“食”的角度养治高血压 3.6 如何从“住”的角度养治高血压 3.7 如何从“行”的角度养治高血压 3.8 如何从“精神、心理”的角度养治高血压附录参考文献

<<衣食住行与高血压防治>>

章节摘录

插图

## <<衣食住行与高血压防治>>

### 媒体关注与评论

前言高血压为最常见的心血管疾病之一，是导致我国脑卒中发病率、病残率、死亡率增高的最主要的原因，也是冠心病、心力衰竭、肾功能衰竭和主动脉瘤发病率和死亡率升高的主要危险因素，因此，我们说高血压是严重影响人类健康、长寿和生活质量的“无声杀手”。

随着人们生活水平的提高和寿命的延长，高血压的患病率逐年增高，血压与年龄俱增，60岁以上老年人患病率达30%，65岁以上老年人患病率达50%，80岁以上老年人患病率达65%，其中半数以上为单纯收缩期高血压。

据最近公布的统计资料表明，目前我国约有1亿高血压患者，每年新发病140万人。

但由于我国的经济和文化水平相对落后，对高血压防治知识的普及和教育相对薄弱，加之高血压常常无任何症状，患者对此并不十分重视，患者和很多医务工作者对高血压的认识严重不足，所以，使许多高血压患者得不到理想的诊治，造成了我国高血压防治中面临严重的“三高”（患病率高、病残率高、死亡率高）和“三低”（知晓率低、治疗率低、控制率低）问题。

因此，如何预防高血压的发生和发展，如何及早发现、早期诊断、及时治疗并理想控制高血压便成了降低高血压的患病率、病残率和死亡率，减少高血压对人类健康影响而急需解决的主要问题。

高血压发生、发展的原因很多，但与我们每天的衣、食、住、行密切相关。

高血压的预防、治疗和预后也与我们每天的衣、食、住、行密不可分。

因此，我们必须了解高血压的一些科普知识，从“衣食住行”的角度去预防和养治高血压；再综合运用西医、中医、心理、营养、身心锻炼等措施。

这样，我们就能提高对高血压的知晓率、治疗率和控制率，降低高血压的患病率、病残率和死亡率，进而最大限度地提高我们对高血压的防治能力。

本书参阅了大量国内外文献，汲取了现代中西医防治高血压研究的最新科学成果和技术，选材新颖而广泛。

写作上力求通俗生动，浅显易懂，融科学性、知识性、趣味性、实用性于一体。

深信大家阅读后，可以改变对高血压的错误观念，提高对高血压的认识，树立高血压防治的正确思想，这对于理想控制高血压及其并发症、保障身体健康和长寿定有裨益。

该书虽几易其稿，但毕竟属于从全新角度编写，经验不足，水平有限，不妥之处恳请斧正。

在本书编辑出版过程中，得到了不少专家、学者的指导，谨此致谢。

## <<衣食住行与高血压防治>>

### 编辑推荐

《衣食住行与高血压防治》着重阐述高血压疾病的预防保健措施以及具体的治疗方法，以期能对广大群众方病治病和促进健康有所帮助。

<<衣食住行与高血压防治>>

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>