

<<护好心脑肺 健康永跟随>>

图书基本信息

书名：<<护好心脑肺 健康永跟随>>

13位ISBN编号：9787537742061

10位ISBN编号：7537742065

出版时间：2012-9

出版时间：山西科学技术出版社

作者：张桂芳

页数：176

字数：190000

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>

<<护好心脑肺 健康永跟随>>

内容概要

《护好心脑肺 健康永跟随》共分12章，分别介绍了功能室性早搏的危险程度、心脏供血不足、冠心病防治知识、防治心脏病妙方、心脏病相关知识、特殊的心血管病、肺病、心肺复苏、脑病的相关知识、脑卒中的预防等内容。

<<护好心脑肺 健康永跟随>>

作者简介

黄立坤，是中央文明办、卫生部健康社区行全国巡讲专家，江苏电视总台健康顾问，美国加洲中医药大学博士研究生导师，现任山西省人民医院社区卫生服务指导中心副主任、副教授。

黄立坤2001年加入九三学社，是九三学社山西省委迎泽支社副主委，山西省健康教育与控烟协会副会长，山西医学会医疗事故鉴定委员会专家库成员，山西省社区卫生服务协会副秘书长、山西省优生优育协会常务理事。

<<护好心脑肺 健康永跟随>>

书籍目录

- 第一章 初识心脏病
 - 第一节 初识心脏病
 - 小资料(1—1)常见心脏病的危险因素
 - 第二节 病理性早搏
 - 小资料(1—2)室性早搏的心电图的特点
- 第二章 室早的危险程度
 - 小资料(2—1)如何对待功能室性早搏？
 - 第一节 哪些室性早搏需要治疗
 - 第二节 室性早搏的治疗
 - 第三节 呵护心脏
 - 小资料(2—2)心脏喜欢“吃”什么
- 第三章 心脏供血不足
 - 第一节 中医话心脏供血
 - 小资料(3—1)心脏供血不足引发的症状
 - 第二节 药物治疗1
 - 第三节 防治心血管病
- 第四章 冠心病防治知识
 - 第一节 冠心病的类型
 - 小资料(4—1)住院统计
 - 第二节 诸多因素诱发冠心病
 - 小资料(4—2)吸烟与患冠心病
 - 第三节 酒与冠心病
 - 第四节 肥胖与冠心病
 - 小资料(4—3)冠心病患者血脂有特定标准
 - 小资料(4—4)腹部抽脂患上高血压
- 第五章 防治心脏病妙方
 - 第一节 选择药物治疗
 - 小资料(5—1)自查冠心病
 - 小资料(5—2)防治冠心病膳食原则
 - 第二节 冠心病的预防细则
 - 小资料(5—3)糖尿病与冠心病
 - 第三节 防治心绞痛
 - 小资料(5—4)腿脚发麻与心梗
 - 小资料(5—5)纠正误区
 - 第四节 手术与介入
- 第六章 心脏病相关知识
 - 第一节 生活事件与心脏病
 - 小资料(6—1)骨折后的注意
 - 小资料(6—2)“桑拿天”防晕厥
 - 第二节 自我发现心脏病及其并发症
 - 小资料(6—3)心脏病的治疗
 - 第三节 察言观色话心脏
 - 小资料(6—4)心脏骤停高发人群
 - 第四节 先心病的预防

<<护好心脑肺 健康永跟随>>

小资料(6—5)球形心脏

第七章 特殊的心血管病

第一节 妊娠合并心血管系统病变

小资料(7—1)心身疾病

小资料(7—2)“妊娠污染”的危险

第二节 产前检查可诊断胎儿心脏病

小资料(7—3)大蒜预防心脏病

第三节 了解风湿性心脏病

小资料(7—4)中风后容易“睡反”了

小资料(7—5)“热中风”盯上中老年人

第四节 心脏病患者锻炼有讲究

小资料(7—6)验方治病不求人

第五节 血脂与心脏病风险密切相关

第六节 心脏病与“垃圾”食品有关

小资料(7—7)戒“焦”戒“躁”

第八章 肺——生命之源

第一节 认识肺及其特点

第二节 怎样保护肺

小资料(8—1)警惕：吸烟=“自杀”

小资料(8—2)夏季易患感冒

第三节 肺的滋养

第九章 肺病

第一节 肺结核

小资料(9—1)19世纪的“白色瘟疫”

第二节 慢性阻塞性肺病

小资料(9—2)如何早发现自己是慢阻肺患者？

小资料(9—3)导致患肺气肿的危险因素

第三节 肺癌

第四节 结核病防治知识

小资料(9—4)怀疑自己有了肺结核怎么办？

小资料(9—5)为什么要接种卡介苗？

第十章 心肺复苏

第一节 心肺功能

小资料(10—1)锻炼心肺功能

第二节 心肺复苏

第十一章 脑病的相关知识

第一节 脑炎与脑病

第二节 降低脑病风险

小资料(11—1)巧克力有益大脑健康

第三节 选择健脑运动

第十二章 脑卒中的预防

第一节 认识脑卒中

第二节 降低危险

第三节 社区防控

<<护好心脑肺 健康永跟随>>

小资料(12—1)老年人防“热中风”

第四节 早期筛查

小资料(12—2)“憋醒”

小资料(12—3)高兴过头伤了“心”

小资料(12—4)晨练回来患肺炎

<<护好心脑肺 健康永跟随>>

编辑推荐

《护好心脑肺——健康永跟随》一书由张桂芬和王莉主编，配合我国脑卒中早期筛查的大型科研项目的基层开展，揭示了吸烟的危害及其导致动脉粥样硬化、高血压、冠心病、脑梗塞、脂肪肝等的危险，是脑卒中高发的主要危险因素。

提醒大众关注健康，戒烟限酒。

告诫居民：吸烟犹如吃砒霜，分期付款买死亡。

烟无多少终有害，少量饮酒益健康。

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>