

<<高血压养生保健知识1288问>>

图书基本信息

书名：<<高血压养生保健知识1288问>>

13位ISBN编号：9787543954182

10位ISBN编号：7543954184

出版时间：2012-6

出版时间：上海科学技术文献出版社

作者：赵文群

页数：390

字数：320000

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>

## <<高血压养生保健知识1288问>>

### 内容概要

本书以问答的形式介绍高血压的相关知识，简洁明了，通俗易懂，是家庭必备的健康保健书。《高血压养生保健知识1288问》是高血压患者的生活指南。讲述养生之道，为您健康指引道路，阐述调理之法，为您生活增添活力。

书籍目录

- 第1章 基础知识
- 第2章 特殊人群
- 第3章 检查诊断
- 第4章 饮食保健
- 第5章 心理调节
- 第6章 日常起居
- 第7章 用药常识
- 第8章 自我保健
- 第9章 治疗常识
- 第11章 营养食谱
- 第12章 预防措施

## 章节摘录

版权页：插图：11 按以舒张压为主的血压水平分类内容是什么 按以舒张压为主的血压水平分类主要内容是：（1）按舒张压为主的血压水平分类。

正常血压舒张压为小于11.3千帕（85毫米汞柱）；正常偏高，舒张压为11.3～11.9千帕（85～89毫米汞柱）；轻度高血压舒张压为12～13.9千帕（90～104毫米汞柱）；中度高血压舒张压为14～15.2千帕（105～114毫米汞柱）；重度高血压舒张压大于或等于15.3千帕（115毫米汞柱）。

（2）舒张压小于12千帕（90毫米汞柱）时，按收缩压水平进行如下分类：正常血压为小于18.7千帕（140毫米汞柱）；临界性纯收缩期高血压，为18.9～21.2千帕（141～159毫米汞柱）；纯收缩期高血压是大于或等于21.3千帕（160毫米汞柱）。

12 影响低压的因素是什么 影响低压的因素很多，但主要因素有两个：心跳频率改变时对低压有较大影响。

心率增快，舒张期偏短，在较短时间内通过小动脉流向外周的血液也较少，因而心脏舒张期末在主动脉中存留的血量增多，导致低压高。

动脉管壁的弹性对低压也有影响。

老年时，血管胶原纤维增生，逐渐取代平滑肌与弹性纤维，再加之动脉粥样硬化，血管壁弹性减少，使回心血量减少，在心脏舒张末期存留在主动脉中血量增多，低压就会升高。

13 心脏每搏排出的血量对血压有何影响 在正常情况下，动脉会因有足量的血液充盈而饱满，血管壁有一定的张力。

再由于外周阻力的存在，当心室收缩时，进入主动脉的血量只有一部分流至外周血管，故主动脉和大动脉容纳的血量增加导致管壁的张力增大，动脉血压才会保持一定的水平。

假如心脏每搏输出量增大，左心室收缩期射入主动脉的血量增多，则主动脉和大动脉中血量的增加部分就加多，管壁所承受的张力变大，所以收缩期血压明显升高。

此时因动脉血压升高、血流加快，如果外周阻力和心率的变化不大，那么大动脉内存留增多的血量大部分仍可在心室舒张期中流至外周。

所以到舒张期末，就算大动脉内存留的血量比每搏输出量发生变化前有所增加，血压也不会增加。

而当每搏输出量增大而外周阻力和心率不变或变化不大时，动脉血压的升高主要为收缩压升高，而舒张压升高不明显，故脉压增大。

当每搏输出量减少时，那么主要使收缩压降低，脉压减少。

因此，在一般情况下，收缩压的高低主要反映心脏每搏输出量的多少。

<<高血压养生保健知识1288问>>

编辑推荐

《高血压养生保健知识1288问》由上海科学技术文献出版社出版。

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>