

<<中老年人心血管疾病防治300问>>

图书基本信息

书名：<<中老年人心血管疾病防治300问>>

13位ISBN编号：9787560844749

10位ISBN编号：756084474X

出版时间：2011-8

出版时间：同济大学

作者：陈跃

页数：210

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>

## <<中老年人心血管疾病防治300问>>

### 内容概要

《中老年人心血管疾病防治300问》由陈跃主编，是一本集中介绍中老年人心血管疾病和相关健康管理的医学保健类读物，采用叙述与问答相结合的写法，就“中老年人心血管系统疾病”展开讨论，从心脑血管系统疾病的流行病学、病因学、发病机理、症状学、诊断治疗学以及预防保健学等方面入手，深入浅出地回答了大家共同关心的问题，并借鉴了国内外最新的研究成果。

本书附录部分介绍了一些常见慢性病如失眠症、偏头痛、更年期综合征、骨关节炎、酒精性肝病、胆结石、心肌炎、肺结核等的健康管理方案。

《中老年人心血管疾病防治300问》结构合理、内容与时俱进、文字通俗，既可作为大众健康教育的通俗读物，也可供中老年心血管疾病患者和常见慢性病亚健康人群在治疗康复和养生保健实践中参考。

# <<中老年人心血管疾病防治300问>>

## 书籍目录

序

第一章 心血管疾病的危险因素

第一节 心血管的解剖与生理概述

第二节 中老年心血管疾病常识

第三节 高血压

第四节 高脂血症

第五节 糖尿病

第六节 肥胖症

第七节 痛风

第八节 代谢综合征

第二章 冠心病

第一节 冠脉循环概述

第二节 冠心病防治知识

第三节 心律失常

第四节 心力衰竭

第三章 脑血管病及其他

第一节 脑循环解剖与生理概述

第二节 脑卒中

第三节 血管性眩晕

第四节 帕金森综合征

第五节 血管性痴呆

第六节 肾血管病

第七节 周围血管病

附录 常见慢性病的健康管理

第一节 健康管理概述

第二节 常见慢性病健康管理方案

章节摘录

124.肥胖的人在饮食上应注意什么 具体应注意以下几点： 每天总热量不宜高于1200千卡，按肥胖症营养配餐方案，计算出每日总热能和蛋白质、脂肪、糖类的摄取量。

应广泛摄取各种食物，不偏食。

忌喝果汁，尽量食用新鲜水果、蔬菜，因新鲜的水果和蔬菜富含纤维素，既可增加饱腹感，又可防止便秘。

增加饮食中纤维素含量，例如多选用糙米、麸皮面包及纤维素多的蔬菜、水果。

125.怎么区别单纯性肥胖与继发性肥胖 单纯性肥胖是各种肥胖中最常见的一种，约占肥胖人群的95%，也就是非疾病引起的肥胖。

这类肥胖患者全身脂肪分布比较均匀，没有内分泌紊乱现象，也无代谢障碍性疾病，其家族往往有肥胖病史。

继发性肥胖是由内分泌紊乱或代谢障碍引起的一类疾病，占肥胖人群的2%~5%，肥胖只是这类患者的重要症状之一。

这类患者同时还会出现其他各种各样的临床表现，多表现为皮质醇增多、甲状腺功能减退和性腺功能减退等多种疾病。

126.痛风是一种什么样的疾病 人体内有一种叫做嘌呤的物质的新陈代谢发生了紊乱，嘌呤的氧化代谢产物，即尿酸的合成增加或排出减少，造成高尿酸血症，当血液中的尿酸浓度过高时，尿酸即以钠盐的形式沉积在关节、软组织、软骨和肾脏中，引起组织的异物炎性反应，就称之为痛风。

这是一种因嘌呤代谢障碍，使尿酸在体内蓄积而引起的疾病，属于关节炎的一种，又称代谢性关节炎。

127.痛风性关节炎发作起来是怎么样的 关节炎突然发作，绝大多数人是在睡梦中被刀割般的疼痛所惊醒，首发部位通常是脚的大拇指。

此时，关节红肿、灼热发胀，脚伸在外边，不能盖被子；若有轻微的风吹过或稍有触碰，就会像钻心一样疼痛，但在几天或数周内会自动消失，这种“来去如风”的现象，称为“自限性”。

一次疼痛之后，看起来关节的炎症消退了，实际上尿酸的结晶并没有消失，血尿酸持续升高，还在继续作用，关节渐渐变得肿胀僵硬、屈伸不利。

.....

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>