第一图书网, tushu007.com

<<白领健康>>

图书基本信息

书名：<<白领健康>>

13位ISBN编号：9787800845925

10位ISBN编号：7800845923

出版时间：2004-5-1

出版时间：金城出版社

作者：《保密工作》编辑部,张宝和

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

内容概要

《白领健康》是从科技日报经济特刊精心策划推出的“白领健康”专栏，陆续发表的100多篇文章中精选了100篇。
这些文章是作者张宝和先生在为200多位经他诊治的各类病人涉及几十种生活方式病的临床治疗与体会，对各种常见症、慢性病的防治提出了很多独到见解。
文章活泼生动、通俗易懂，把一个个真实病例以故事的形式途述，用大量活生生的实例证实，生活方式与健康息息相关，呼呈人们为了健康改变行为习惯。
让您在阅读的同时即得到防治生活方式疾病的方法，是老板、白领的健康宝典。

作者简介

张宝和，男，1963年生，北京人，毕业于第四军医大学，中国人民解放军海军总医院内科主治医师，从事多年内科、神经内科、老年病科医疗工作，具有丰富临床经验。
现为解放军总医院神经病学在读研究生，师从于著名医学专家、博士研究生导师王鲁宁教授。
作者具有从医二十余年的工作经验，对各种常见病、慢性病的防治有很多独到见解，这些观点受到各个阶层读者广泛关注。
非典期间，作者以一个医生的独特视角发表多篇关于公共卫生问题的文章。
（作者E-mail：zbhl2977@sina．com）

书籍目录

1 致命的“ 烟酒不分家 ”2 三个胰腺炎病人3 酗酒的危害4 医学教授之死5 两个艺术家之死6 脑出血的罪魁祸首7 危害健康的头号杀手8 高血压治疗的几个误区9 远离高血压威胁之路10 糖尿病流行警示录11 如何有效防治糖尿病12 招灾惹祸的“ 啤酒肚 ”13 节约基因之谜14 远离危险15 有胸痛及时上医院16 中青年也要防心肌梗死17 老同学的“ 心病 ”18 认识脑梗死19 如何防治脑梗死? 20 时间是什么?21 寻找万无一失的办法22 详细解读帕金森23 从里根说老年痴呆24 老而不呆25 好脂肪、坏脂肪26 脂肪肝的危害27 昂贵的洗血疗法28 血管内的“ 恐怖分子 ”29 年轻的血管也硬化30 做一个素食主义者?31 广州归来话饮食32 从贴秋膘说饮食习惯33 你住得安全吗?34 两个医生之死说明了什么?35 一封感谢信36 胃口不好谁之过?37 睡不好觉能出大事38 就这样告别失眠39 睡眠不好要减压40“ 心理杀手 ”41 多种多样的抑郁42 刻骨铭心的一件事43 快乐的兰花44 告诉你腹泻的秘密45 中暑46 姗姗来迟的醒悟47 谁该补钙?48 他们的骨头为什么这么脆?49 让你的骨骼强壮起来50 静态生活导致退化51 小计步器的故事52 雪后有感53 头晕、手麻小心什么? 54 摆脱颈椎病的困扰55 告别腰腿痛的绝招56 改变生活的选择57 劳逸结合58 延缓衰老59 我们老了怎么办?60 提高你的记忆力61 改变习惯防痛风62 闲话减肥63 现代生育模式的代价64 输尿管里的“ 石头 ”65 难言之隐66 疲劳与面瘫67 脾气变坏防甲亢68 打呼噜的危害69 防治结合说哮喘70 空调与肺炎71 致命的无声杀手72“ 小姐 ”惹出的麻烦73 审美疲劳74 艾滋病危机75 都是美容惹的祸76 危害健康的乙肝77 死灰复燃的结核病78 亦喜亦忧抗生素79 警惕中药的毒副作用80 吃出来的尿毒症81 莫轻视头痛(上)82 莫轻视头痛(下)83 三个咽痛病人的故事84 流感疫苗热的冷思考85 再说发烧86 换个角度看禽流感87 变态反应88 正确认识非典型肺炎(非典日记一)89 较量(非典日记之二)90 认识病毒(非典日记之三)91 光明在前(非典日记之四)92 一言难尽的免疫力(非典日记之五)93 非常时期话发烧(非典日记之六)94 病从口入(非典日记之七)95 非典过后你到哪里看病?(非典日记之八)96 疫苗之迷(非典日记之九)97 非典过后说艾滋病(非典日记之十)98 鼠疫离我们并不遥远(非典日记之十一)99 蚊子与乙脑(非典 记之十二)100 假如非典明天来临(非典日记之十三)

编辑推荐

都是美容惹得祸美容不当惹大祸。
除了感染乙肝，还有更可怕的艾滋病……警惕中药的毒副作用人们要注意中药的毒副作用。
防止被那些虚假的宣传误导。
危害健康的头号杀手尽管人类寿命逐年延长，可人们的体质却不断下降，不少人天天喊累．身体长期处于一种亚健康状态。
老板和白领拥有的健康秘籍赠送亲友与员工的健康财富一个中央级权威媒体精心策划推出的专栏一个从医二十多年的高干病房主治医师一百多个真实的病例，讲述老板、官员、白领一族生活方式病一个让您拥有健康四大基石的《白领健康》一个给您的健康人生上了终身受用的保险

第一图书网, tushu007.com

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