

<<高血压病防治一本通>>

图书基本信息

书名：<<高血压病防治一本通>>

13位ISBN编号：9787802319868

10位ISBN编号：7802319862

出版时间：2010-6

出版时间：中国中医药

作者：静思之 编

页数：288

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>

## <<高血压病防治一本通>>

### 内容概要

本书结合广大读者的需要，以通俗易懂的文字，将防治高血压的常识奉献给广大患者及其家属。同时，本书从始至终都想向广大读者传递一个重要思想：预防胜于治疗。预防疾病可提高人民的健康水平，让人们少受疾病之苦，减轻经济负担！

## &lt;&lt;高血压病防治一本通&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 基础知识 第一节 认识无形杀手——高血压 什么样的血压才算正常 什么是高血压 高血压的症状有哪些 什么是临界高血压 什么是体位性高血压 什么是顽固性高血压 什么是急进型恶性高血压 什么是肾血管性高血压 什么叫原发性高血压 什么是假性高血压 何为轻、中、重度高血压 高血压都有哪些类型 什么是高血压危象 高血压是怎么形成的 如何尽早发现高血压 哪类高血压患者需要做手术 高血压患者需要做哪些基本检查 高血压的分期是指什么 高血压急症的急救法 儿童也要预防高血压 儿童及青少年高血压患者有何特点 打鼾与高血压有关吗 第二节 高血压患者最关心的问题 血压控制到多少为宜 高血压患者是否要终身服药 发现患高血压要马上服药吗 高血压会遗传吗 血压如何自我调节 血压降得越快越好吗 高血压患者还能长寿吗 高血压患者是否可以结婚 如何控制血压的波动 血液黏滞度与高血压有关系吗 高血压病患者需要忌口吗 为什么高血压患者还要查血糖 高血压患者为什么要检查眼底 影响高血压患者预后的因素有哪些 如何测量血压 为儿童测量血压应注意什么 为什么有的时候血压越测越高 血压为何忽高忽低 高血压的诊断标准是什么 膳食与高血压的关系是什么 高血压患者的饮食要注意什么 高血压患者吃什么水果好 为何吃素血压仍然高 第二章 预防策略 第一节 合理膳食, 远离高血压 全麦面包何时吃防病效果最好 高血压患者吃哪种油好 高血压患者早餐吃什么好 高血压患者晚餐该如何吃 摄入过多味精会使血压增高吗 吃快餐食物过多会导致高血压吗 饮酒与高血压的关系是什么 吸烟对高血压患者有哪些影响 高血压患者需要忌吃冷食吗 高血压患者为什么要少喝葡萄柚汁 高血压患者为什么要少喝咖啡 高血压患者为什么要少吃低钾食品 高血压患者能吃肉吗 柠檬能用来降血压吗 豌豆苗能治疗高血压吗 高血压患者最好的食物——牛蒡 高血压患者吃西红柿的好处 适量食用香蕉可降压 每天清晨空腹饮用生土豆汁可降血压 起床后喝一杯温水有助于降压 常吃芹菜可以降血压 高血压患者为何要多吃黑木耳 吃冬瓜能治疗高血压吗 吃海带能治疗高血压吗 第二节 适量运动, 改善高血压 运动可平衡血压 高血压患者适合做哪些运动 不同高血压患者的运动处方 高血压患者做运动宜晚不宜早 高血压患者的四个慢动作 高血压患者冬季运动应“温和” 想要快降压, 做做捏手掌心运动 按摩法, 降压又健脑 风筝飞上去, 血压降下来 转转脚腕也能平稳降压 走鹅卵石, 降压有奇效 高血压患者做做放松呼吸操 高血压患者多耸耸肩膀 高血压患者扭秧歌应慎重 高血压患者能否进行冬泳锻炼 第三节 纠正不良生活习惯, 控制高血压 不良习惯导致血压节节攀升 防治高血压, 心理减压很关键 高血压患者冬季要“暖” 高血压患者如何安度夏季 患有高血压的老人冬季洗澡注意多 每晚来个足药浴, 让血压不再高 高血压患者乘飞机时要注意哪些问题 高血压患者别轻视鼻出血 警惕“卫生问事件” 高血压患者旅游时应注意什么 高血压患者应如何安排睡眠 第三章 治疗方法 第一节 高血压的食疗 辅助治疗高血压的茶饮 高血压患者的药膳 适合不同类型高血压患者的饮食 原发性高血压患者的饮食要点 更年期高血压患者的饮食要点 高血压合并心脏病患者的饮食调理 高血压合并肥胖症患者的饮食调理 高血压合并糖尿病患者的饮食调理 高血压合并高脂血症患者的饮食调理 高血压合并高尿酸血症患者的饮食调理 高血压合并肾病患者的饮食调理 第二节 治疗高血压的常用药物 受体阻滞剂 受体阻滞剂 ACEI抑制剂 钙拮抗剂 利尿剂 血管紧张素受体抑制剂 中药治疗高血压 复合制剂 第三节 高血压患者对症用药 单纯性收缩期高血压患者的用药 顽固性高血压患者的用药 高血压患者血压骤升时的用药 高血压患者出现胸闷时的用药 高血压急症患者的用药 妊娠高血压患者的用药 老年高血压患者的用药 高血压肾病患者的用药 高血压合并冠心病患者的用药 高血压合并糖尿病患者的用药 高血压合并高尿酸血症患者的用药 第四节 高血压用药指南 哪些药物可引起高血压 短、中、长效降压药的特点 如何选择降压药 降压药, 搭配使用最合理 降压药物与其他药物合用需谨慎 夜间能服用降压药吗 服用降压药应注意的问题 如何减轻降压药的不良反应 高血压患者如何掌握阶梯用药法 如何更换降压药 中药治疗高血压的优势 高血压患者应慎用感冒药 女性高血压患者应慎服阿司匹林 降压不当会中风 老年人补钙可防治高血压 高血压孕妇的首选药物 高血压的外治法 性别差异对降压治疗的影响 第五节 高血压的并发症 高血压的主要并发症有哪些 糖尿病肾性高血压的特征 高血压可导致男性功能障碍 高血压患者应警惕听力损害 高血压合并动脉瘤 怎样预知脑血管病的发生 高血压患者如何护好肾



## <<高血压病防治一本通>>

### 章节摘录

插图：高血压是否具有遗传性？

是的，只要刺激因素存在，有高血压家族史的人患高血压的可能性会比一般人大一些。

高血压遗传的概率有多大高血压的发病具有明显的家族聚集性，国外有统计数据表明，父母患高血压者，其子女患高血压的概率要明显高于父母血压正常的人。

父母有高血压，他们子女的高血压发病率约为45%；一般父母仅一人有高血压的，其子女高血压的发病率约为28%；而父母都没有高血压，其子女高血压的发病率仅为3%。

但是，这并不意味着遗传就决定了那些有高血压家族史的人一定会患上高血压，高血压的发病因素还有后天的影响，如能避免高血压危险因素的发生，平时做好保健，如控制体重、戒烟戒酒、坚持运动等，高血压是完全可以预防的。

只要养成良好的生活习惯，高血压的发生几率会降低很多。

妊娠高血压是否会遗传很多孕妇在怀孕的时候被查出患有妊娠高血压，她们非常担心妊娠高血压也会遗传给孩子，那么，妊娠高血压会不会遗传呢？

怀孕期间准妈妈患上高血压等慢性疾病，如只是单纯性的妊娠综合征，家族中又没有这方面的遗传因素，那就不用担心，妊娠期的高血压是不会遗传给孩子的。

<<高血压病防治一本通>>

编辑推荐

《高血压病防治一本通》是常见病防治丛书之一。

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>