

<<心脑血管病防治>>

图书基本信息

书名：<<心脑血管病防治>>

13位ISBN编号：9787810107624

10位ISBN编号：7810107623

出版时间：2003-1

出版时间：上海中医药大学出版社

作者：蔡铁勇，蔡及明 编著

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>

<<心脑血管病防治>>

内容概要

心脑血管病已成为现代社会健康的第一杀手，其发病率随着人民生活水平的不断提高而迅速上升。本书详细阐述了各种心脑血管病与不良生活方式的关系，并用大量的篇幅撰写了该类疾病的饮食要点、用药注意、治疗措施和自我保健方法。内容新颖详实、语言生动活泼。适合广大心脑血管病患者阅读，也可供基层医师参考。

<<心脑血管病防治>>

书籍目录

一、概述 1.“第一杀手”——心脑血管病 2.血管硬化新认识 3.让生命“长河”畅通无阻 4.有益心脑血管健康的“四大基石” 5.最好的医生是自己 6.防“短板”效应 7.自由基与血管健康 8.补充抗氧化剂 9.心脑血管病患者的饮食原则 10.保护血管的膳食指南 11.著名的世界三大膳食模式 12.适当吃素 13.选择什么油 14.使血管年轻的脂蛋白 15.什么是反式不饱和脂肪酸 16.清淡少盐食物有益心脑血管 17.微量元素与心脑血管病 18.钙与心脑血管 19.国外学者介绍的10种健康食物 20.动脉硬化者能吃鸡蛋吗 21.刮目相看话“优格” 22.使心脑血管健康的牛奶 23.性格与心脑血管疾病 24.心理卫生与心脑血管病 25.改变“A型”性格行为 26.忧则疾生 27.罗素论述晚年生活三要素 28.丘吉尔长寿的启示 29.动静结合 护心之道 30.提倡清静养生的庄子 31.莫理斯的调查 32.提倡愉快锻炼 33.乾隆的养形术 34.“三个半分钟”与“三个半小时” 35.阿司匹林与心脑血管病

二、心血管病的防治 1.什么是冠心病 2.冠心病家族的5个“成员” 3.冠心病有200多种危险因素 4.如何远离冠心病 5.冠心病的一级预防 6.冠心病的二级预防 7.反式不饱和脂肪酸与冠心病 8.“氧化”的胆固醇加重心脏疾病

三、高血压病的防治 四、脑血管病的防治 五、高脂血症的防治 六、心律失常和心力衰竭的防治 七、其他心脑血管的防治

<<心脑血管病防治>>

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>