

<<偏头痛又犯了>>

图书基本信息

书名：<<偏头痛又犯了>>

13位ISBN编号：9787030206602

10位ISBN编号：7030206606

出版时间：2007-12

出版时间：科学出版社

作者：D.A.马库斯

页数：135

译者：秦军刚,高晓超

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>

<<偏头痛又犯了>>

内容概要

广告许诺可以治愈偏头痛几百年了，你是否还在被偏头痛困扰着？你是否曾经又是熬夜又是不吃饭也没什么，但现在，只要少睡一会儿，或者少吃一顿饭，偏头痛就要发作了？发作时你是否觉得头砰然作响，眼睛冒着金星，胃也不舒服？你是否已经看过很多医生，用了非常多的药？..... 偏头痛是一种复杂的神经生物疾病，怎样才能更好地控制它呢？一个了解了足够知识的人，才是一个对疾病有控制能力的人。

本书将引导你控制偏头痛，重拾生活质量.....

<<偏头痛又犯了>>

作者简介

D.A. 马库斯. 医学博士. 美国匹兹堡大学医学院麻醉和神经学系副教授, 匹兹堡疼痛评价与治疗研究所神经学家, 头痛研究协会会员。

她获得过考察头痛, 包括怀孕女性头痛以及复发性头痛的研究经费。

<<偏头痛又犯了>>

书籍目录

第1章 了解偏头痛 你有偏头痛吗 什么导致了偏头痛 并非所有的头痛都是偏头痛 偏头痛是如何治疗的 对女性的特别话题 对儿童的特别话题第2章 正确诊断 什么时候应该去看医生 识别偏头痛的典型症状 练习 偏头痛测验 识别其他类型的头痛 练习 药物过度使用头痛测验 练习 紧张型头痛测验 练习 创伤后头痛测验 练习 丛集性头痛测验 不要被窦性头痛愚弄 当你不只患有偏头痛白勺时候第3章 追踪症状和触发因素 头痛日记 使用头痛记录 分析日记 什么时候应该记日记第4章 治疗急性偏头痛 应急性治疗药物发挥作用了吗 练习 偏头痛应急性治疗药效测验 如何使用急性治疗药物 有效的非处方药 有效的偏头痛处方药 应该使用哪种药物 对急性治疗的预期 练习 偏头痛急性治疗满意评价问卷 通过颈部锻炼缓解偏头痛 女性的偏头痛急性治疗 儿童的偏头痛急性治疗第5章 偏头痛的预防治疗 你需要进行偏头痛预防治疗吗 练习 偏头痛预防治疗测验 怎样进行预防治疗 有效的偏头痛预防治疗药物 有效的偏头痛非药物预防治疗 对预防治疗的预期 练习 偏头痛预防治疗满意评价问卷 偏头痛预防治疗的替代方法 女性的偏头痛预防治疗 儿童的偏头痛预防治疗第6章 管理你的压力反应 压力引起生理变化 改变对压力的反应 你需要压力管理吗 练习 压力测验 管理你的压力 放松技术和生物反馈 实行认知重构 将大脑从疼痛上转移 这些技术真的有效吗 女性怎样使用压力管理和放松技术 孩子怎样使用压力管理和放松技术第7章 维生素和草药疗法 维生素、矿物质和草药各有千秋 练习 维生素和草药测验 维生素和矿物质 草药 联合治疗 天然激素 女性如何使用维生素和草药第8章 有效沟通 孩子如何使用维生素和草药 与临床医生沟通 练习 误解测验 与人沟通第9章 此路不通怎么办 检查你的治疗故障 急性偏头痛治疗药物 偏头痛预防药物 反思你的头痛诊断 考虑额外的疼痛综合征 看头痛专家第10章 获取偏头痛的最新信息 发现可靠的在线信息 发现可靠的书面信息 参加偏头痛互助小组 寻找有关你的治疗方法的最新信息 仔细判断信息的准确性 控制住你的偏头痛

<<偏头痛又犯了>>

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>