

<<让您拥有一个健康的心脏>>

图书基本信息

书名：<<让您拥有一个健康的心脏>>

13位ISBN编号：9787117076678

10位ISBN编号：7117076674

出版时间：2006-8

出版时间：人民卫生出版社

作者：宋文宣编著

页数：284

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>

## <<让您拥有一个健康的心脏>>

### 内容概要

《让您拥有一个健康的心脏：心血管疾病防治保健新知识》共分为六篇，第一篇，正确认识衰老，保护好自己的心脏——主要介绍人衰老的原因和心血管疾病的危险因素。

第二篇，健康是永恒的主题——主要介绍心血管疾病的基础知识、健康的标准和定期查体的必要性。

第三篇，建立健康的生活方式，远离心血管疾病——主要介绍日常生活中的心血管保健知识。

第四篇，心血管疾病的治疗原则和方法——主要介绍心血管疾病患者的饮食、运动和心态调整疗法，以及药物、手术和介入治疗的原则和方法。

第五篇，心血管疾病的家庭药物治疗——主要介绍常见心血管疾病的家庭药物的正确应用。

第六篇，心血管疾病的生活保健、家庭护理和自救——主要介绍常见心血管疾病的家庭保健、护理和心血管急症的家庭自救措施。

《让您拥有一个健康的心脏：心血管疾病防治保健新知识》主要适用于广大群众，心血管疾病患者及其家属；同时也适用于相关医务人员。

## <<让您拥有一个健康的心脏>>

### 书籍目录

第一篇 正确认识衰老, 保护自己的心脏第一部分人为什么会衰老1.世界卫生组织关于年龄划分的新标准 / 12.人的预期寿命应该是120~150岁 / 23.为什么绝大多数人没有达到预期寿命 / 3(1)精神因素对人有哪些影响 / 3(2)起居无常的危害有哪些 / 3(3)饮食无节的危害有哪些 / 4(4)为什么休劳无度会使人的寿命缩短 / 5(5)环境因素对人的影响有多大 / 6(6)你知道吸烟的危害吗 / 7(7)饮酒对人有害还是有益 / 8(8)疾病因素对寿命的影响 / 9(9)心率快慢可以预测寿命的长短吗 / 10(10)寿命长短的关键因素是什么 / 114.看看自己是否在衰老 / 12第二部分中老年人与心血管疾病1.中老年是心血管疾病的多发之秋 / 182.哪些因素使人易患冠心病 / 193.9种危险因素与冠心病最亲密 / 194.中老年人易患高血压 / 195.冠心病多发生在中老年人 / 216.老年人心力衰竭的发生率最高 / 217.中老年人血脂异常很常见 / 218.糖尿病的发病人数越来越多 / 229.中老年人面临着肥胖症的威胁 / 2410.您知道高尿酸血症的危害吗 / 2511.为什么中老年人易发生心血管疾病 / 2612.远离危险因素, 预防胜于治疗 / 26第二篇 健康是永恒的主题第一部分祝您一生健康1.健康是幸福的基础 / 292.健康老年人的标准 / 303.中老年人心脏健康的标准 / 304.中老年人心理健康的标准 / 315.健康愉快感评分 / 326.躯体状况评分 / 36第二部分了解自己的心脏结构和功能1.你了解自己的心脏结构和功能吗 / 37.....第三篇 建立健康的生活方式, 远离心血管疾病第四篇 心血管疾病的治疗原则和方法第五篇 心血管疾病的家庭药物治疗第六篇 心血管疾病的生活保健、家庭护理和自救

## <<让您拥有一个健康的心脏>>

### 编辑推荐

心血管疾病是怎么产生的，如何预防？

心血管疾病有哪些表现？

有了病应怎样治疗？

《让您拥有一个健康的心脏：心血管疾病防治保健新知识》向广大读者介绍了心血管疾病的最新防治和保健知识，还介绍了高血压、高血脂、糖尿病、肥胖症等与心血管疾病有密切关系的疾病的最新防治保健知识。

只要我们从现在做起、从自身做起、从点滴做起、认真防病、保健，远离各种心血管疾病危险因素，就能不得病、晚得病，即便患了病也会得到及时的治疗和康复。

《让您拥有一个健康的心脏：心血管疾病防治保健新知识》主要适用于广大群众，心血管疾病患者及其家属，同时也适用于相关医务人员。

<<让您拥有一个健康的心脏>>

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>