

<<心脑血管病的自我预防与康复>>

图书基本信息

书名：<<心脑血管病的自我预防与康复>>

13位ISBN编号：9787508205489

10位ISBN编号：7508205480

出版时间：1997-12

出版时间：金盾出版社

作者：张振刚

页数：176

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>

## <<心脑血管病的自我预防与康复>>

### 前言

我们将此书献给读者，希望能使读者明了心脑血管病的预防和病后康复中自我防治的重要性。医生和患者共同抗御疾病，可以收到事半功倍的效果，特别在预防和康复的过程中，显得更为重要。医生在疾病防治中的任务是：参与医疗知识普及和完善社会保健，预防疾病发生。

治愈疾病，使患者彻底康复。

在疾病无法治愈的情况下，努力改善生活质量，使患者能够最大限度地从事社会活动。

延缓疾病发展，减少并发症和疾病再发。

减轻患者痛苦，尤其在病危情况下，医生应力所能及地尽最后义务。

关心患者的心理和社会等有关问题，减轻社会和亲友的负担，为患者创造理想的社会心理环境。

医生应该不仅在疾病的诊治中体现出高超的医术，而且要从社会、生活、心理卫生等多方面倾注爱心。

建国以来，我国已经建立了较为完整的医疗体制，基础医疗水平显著提高，但我国人民接受到的医疗照顾与发达国家相比还有一定差距。

由于医患比例相对较低，医生不得不把主要精力投入于重病治疗，以解燃眉之急；抽不出更多人力进行医疗知识的推广，无力问津每一个患者的康复和相关社会心理问题的细节。

从心理、生活等全方位提供优越医疗服务的生物—心理—社会医学模式还不完善。

## <<心脑血管病的自我预防与康复>>

### 内容概要

心脑血管病是常见病、多发病。

本书用通俗的语言阐述了动脉粥样硬化、冠心病、心肌梗死和脑卒中疾患的自我预防和自我康复的原则和方法，并联系上述疾病的病因、发病机制、并发症、预后、预防和康复的理论加以深入浅出地、生动地解说，使读者能了解有关疾病的心理卫生、生活饮食的调整、康复锻炼以及疾病诊治的常识，以便争取早预防、早治疗，延缓疾病的发展并早日康复。

本书适于心脑血管疾病患者和家属，并可供基层医务工作者阅读。

## <<心脑血管病的自我预防与康复>>

### 书籍目录

第一章 心脑血管病的主要病因 第一节 动脉粥样硬化的形成过程及其危害 一、动脉粥样硬化的概念及形成过程 (一) 动脉粥样硬化的概念 (二) 动脉粥样硬化的形成过程 二、动脉粥样硬化的危害 (一) 动脉粥样硬化与心血管疾病 (二) 动脉粥样硬化与脑血管疾病

第二节 容易引起动脉粥样硬化的因素及其预防方法 一、高脂血症 (一) 高脂血症的预防 (二) 提倡合理膳食 (三) 高脂血症的药物治疗措施 二、肥胖 (一) 肥胖症的定义与测量 (二) 肥胖的危害 (三) 肥胖症的预防与治疗 三、高血压 (一) 高血压的定义 (二) 高血压的危险程度 (三) 高血压的预防 (四) 高血压的药物治疗 四、糖尿病 (一) 糖尿病是心脑血管疾病的危险因素 (二) 糖尿病是动脉粥样硬化的重要危险因素 (三) 糖尿病的预防与治疗 五、吸烟与戒烟 (一) 吸烟的危害 (二) 吸烟的预防及戒烟的技术和方法 六、性别影响 (一) 性别是影响动脉粥样硬化形成的重要因素 (二) 雌激素可明显抑制动脉粥样硬化的形成 (三) 应用雌激素预防停经后妇女冠心病的发生

第三节 在人群中如何预防动脉粥样硬化的发生 一、动脉粥样硬化人群预防的理论基础 (一) 西方国家冠心病人群预防的经验 (二) 我国动脉粥样硬化危险因素的特点 二、我国动脉粥样硬化的预防策略 (一) 改善饮食习惯 (二) 戒烟

第二章 冠心病的康复 第一节 心脏康复治疗的理论基础 一、心脏康复治疗的方法和内容 (一) 心脏康复治疗的基础是药物治疗 (二) 心理咨询和医疗教育 (三) 对患者生活和工作能力的具体指导 ..... 第三章 脑卒中的预防与康复 第四章 应从儿童时期重视动脉粥样硬化的预防

## <<心脑血管病的自我预防与康复>>

### 章节摘录

插图：第二章 冠心病的康复 第二节 心绞痛的康复和治疗 一、识别心绞痛的自觉症状 心绞痛是一组症状，是冠心病造成短暂性心肌缺血的表现，也是冠心病最常见的临床表现。

这组症状在不同患者之间差别很大。

就是说，不同人患心绞痛时，疼痛的形式不完全一样。

但对同一患者，在一段时间内，每次发作之间的情况，却非常相像。

患者知道这些发病规律，就可以准确地向医生提供资料，也会从中得出经验，在什么情况下应该及时就医，如何预防。

特别是患者能细心地总结心绞痛发作前的预兆症状，对防止发作是非常有益的。

同时，对于疾病的治疗是非常必要的。

典型心绞痛症状包括如下五个方面：（一）疼痛部位大部分心绞痛位于胸前，可以偏左一些，也可以是颈前部疼痛。

范围可小如一拳，也可大成一片，遍及全胸。

疼痛多牵涉到其它部位，临床上叫放射痛，可放射到左肩背部、左上肢内侧，直至左腕、无名指和小指，向下可放射到腹上区。

（二）疼痛性质心绞痛是一种钝痛，伴压迫感、憋闷、阻塞、紧缩、发热等不适。

程度可轻可重，重度发作可伴大汗、濒死感。

（三）持续时间心绞痛发作由轻到重，之后逐渐缓解，仅持续3~5分钟。

如发作超过15分钟，就应该立刻就医，以免发展成心肌梗死。

（四）诱发因素体力活动为常见诱因，多在劳累的过程中发作，被迫停止活动。

寒冷、饱餐、酗酒和吸烟皆可诱发心绞痛发作，或者在这些情况的存在下，心绞痛更易被劳累诱发。不良精神刺激也可诱发心绞痛发作，如精神紧张、恐惧、过悲、过喜、情绪过度激动等。

## <<心脑血管病的自我预防与康复>>

### 编辑推荐

《心脑血管病的自我预防与康复》是由金盾出版社出版的。

<<心脑血管病的自我预防与康复>>

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>