

<<高血压病早防早治>>

图书基本信息

书名：<<高血压病早防早治>>

13位ISBN编号：9787508234380

10位ISBN编号：7508234383

出版时间：2005-3

出版时间：金盾出版社

作者：张揆一

页数：132

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>

<<高血压病早防早治>>

前言

生命是宝贵的，也是美丽的。

只有珍惜爱护，精心呵护，才能使其价值得到升华，才能绽放出绚丽的花朵，在生命的长河中创造奇迹。

珍惜生命，注重健康，延年益寿，已成为当今人们关注的热点和迫切的追求。

健康是人生第一财富，因为健康是人创造财富的重要条件，而财富不能换取人的健康。

健康是个好乐手，它能奏出生命的七彩乐章。

随着我国人民生活水平的不断提高，危害人们健康的疾病谱发生了改变，由过去危害健康和生命的最大杀手传染病，变为高脂血症、脂肪肝、肥胖症、冠心病、高血压和糖尿病。

它们被统称为“富贵病”。

“富贵病”已成为我国人民的常见病、多发病，如何防患于未然，做到早预防、早发现、早诊断、早治疗，已迫在眉睫，成为全国人民普遍关注的大课题。

为此，我们编写了一套富贵病早防早治丛书，包括《冠心病早防早治》、《高脂血症早防早治》、《高血压病早防早治》、《糖尿病早防早治》、《脂肪肝早防早治》、《肥胖症早防早治》共六册。

希望能够对您的健康有所帮助。

无病不知有病苦，有病方知无病乐。

莫让今天的疲劳，变成明天的疾病。

“年轻时拚命赚钱，到了老年拚命吃药”不是健康之路。

《黄帝内经》曰“圣人消未起之患，治未病之病”。

说明防重于治。

有了健康的生活方式，才有健康的身体。

医学研究发现，六种“富贵病”都是不良生活方式造成的。

现已公认，在慢性非传染性疾病的诱因中，遗传因素占15%，社会因素占10%，气候因素占7%，医疗条件占8%，而个人不良生活方式占60%。

<<高血压病早防早治>>

内容概要

全书分四个部分，第一部分简述了高血压病基础知识，第二、三、四部分详细介绍了高血压病早期预防、早期诊断及早期治疗的知识，特别强调了高血压病的预防要从娃娃抓起的新观点。本书内容新颖，实用性强，通俗易懂。是家庭保健的必备读物。

<<高血压病早防早治>>

作者简介

张揆一

《同济医科大学学报》编辑部主任、编审中国科学技术编辑学会理事，中国高等学院编辑学会副理事长。

发表论文、科普文700余篇。

<<高血压病早防早治>>

书籍目录

高血压病基础知识 一 血液循环系统与心脏结构 1 血液循环系统 2 心脏结构特点 二 血压和影响血压的因素 1 什么叫血压 2 血压的神经体液调节 三 高血压的定义及分类 1 高血压的定义 2 高血压的标准 3 高血压的分类 4 特殊人群中高血压 四 原发性高血压与继发性高血压的区分 1 原发性高血压 2 继发性高血压 五 特殊性高血压 六 高血压的准确测量 七 高血压病防治的新观点 高血压病的早期预防 一 预防高血压病应从娃娃抓起 二 预防肥胖是早期预防高血压病的根本 三 预防高血压病应从低盐开始 四 戒烟、限酒有利于预防高血压病 五 科学膳食是预防高血压病的重要措施 六 运动保健是预防高血压病的重要环节 七 中医对高血压病的早期预防 高血压病的早期诊断 一 从高血压病早期信号中得到提示 二 从高血压病症状中追根寻源 三 从引起高血压病因素中自我判断 四 掌握高血压诊断的标准 高血压病的早期治疗 一 高血压病的避孕药志疗法 二 高血压病的饮食疗法 三 高血压病的运动疗法 四 高血压病的物理疗法 五 高血压病的药物治疗 六 高血压病的中医药治疗

<<高血压病早防早治>>

章节摘录

插图：一、血液循环系统与心脏结构1.血液循环系统 心血管系统是由心脏、动脉、毛细血管及静脉组成的一个封闭的运输系统（图1）。

心脏不停地跳动、推动血液在其中循环流动，为机体的各种细胞提供赖以生存的物质，包括营养物质和氧，也带走了细胞代谢的产物二氧化碳。

同时，许多激素及其他信息物质也通过血液的运输得以到达其靶器官，以此协调整个机体的功能。因此，维持血液循环系统于良好的工作状态，是机体得以生存的基本条件，而其中的核心是将血压维持在正常水平。

人体循环系统由体循环和肺循环两部分组成。

体循环开始于左心室，血液从左心室搏出后，流经主动脉及其派生的若干动脉分支，将血液送入相应器官。

动脉再经多次分支，管径逐渐变细，血管数量逐渐增多，最终达到毛细血管，在此处通过细胞间液同组织细胞进行物质交换。

血液中的氧和营养物质被组织吸收，而组织中的二氧化碳和其他代谢产物进入血液中，变动脉血为静脉血。

此间静脉管径逐渐由细变粗，数量由多逐渐变少，直到最后所有的静脉均汇集到上腔静脉和下腔静脉，血液即由此回到右心房，从而完成了体循环过程。

肺循环自右心室开始，静脉血被右心室搏出，经肺动脉到达肺泡周围的毛细血管网，在此排出二氧化碳，吸收新鲜氧气，变静脉血为动脉血。

然后再经肺静脉流回到左心房。

左心房的血再入左心室，又经体循环遍布全身。

<<高血压病早防早治>>

媒体关注与评论

书评我国高血压病占总人口的10%，高血压病正在走向年轻化，心脑血管病占全国死因的第一位。

专家警示：预防高血压，要从娃做起，控制肥胖，高血压病可以大幅度下降，早防早治高血压，可以减少心肌梗死，脑卒中。

<<高血压病早防早治>>

编辑推荐

《高血压病早防早治》：我国高血压病占总人口的10%，高血压病正在走向年轻化，心脑血管病占全国死因的第一位。

专家警示：预防高血压，要从娃做起，控制肥胖，高血压病可以大幅度下降，早防早治高血压，可以减少心肌梗死，脑卒中。

本丛书由华中科技大学同济医学院8位专家编著。

<<高血压病早防早治>>

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>