

<<构筑心脑血管病的坚固防线>>

图书基本信息

书名：<<构筑心脑血管病的坚固防线>>

13位ISBN编号：9787509102312

10位ISBN编号：7509102316

出版时间：2007-1

出版时间：人民军医出版社

作者：杨玺

页数：268

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>

<<构筑心脑血管病的坚固防线>>

内容概要

作者以全新的理念与视角，系统介绍了心脑血管病的概念、致病原因、心脑血管病的危害及其防治对策，加强预防与保健意识，建立健康的“衣食住行”方式等内容。本书内容新颖，科学实用，通俗易懂，具有很强的指导性与操作性。可作为广大群众，特别是中老年人防治心脑血管病的行动指南。同时，对于临床医生与医疗保健工作者也有较好的参考价值。

<<构筑心脑血管病的坚固防线>>

书籍目录

一、心脑血管的概念 何谓心脑血管疾病 心脑血管病——人类健康的“第一杀手” 心脑血管病的发病原因 心脑血管疾病的早期信号 心脑血管病的十大信号 心脑血管病发病风险可以预测 如何早期发现心脑血管病二、心脑血管病的主要“源头” 心脑血管疾病的主要危险因素 心血管病“新”的危险因素 冠心病的主要“源头” 脑卒中的主要“源头” 脑卒中的其他“源头” 心血管危险因素1+1>2 心脑血管病危险因素的发病现状及危害三、心脑血管病的危害性 心血管病可能正悄悄逼近你 心脏病“年轻”了15岁 我国心脑血管病每小时死亡300人 心血管病威胁中老年健康四、堵住“源头”，预防心脑血管病 心血管病要防患于未然 冠心病、脑卒中、高血压，糖尿病等源于生命最早期 把好“防线”，干预“上游” 心脑血管病的防治应从“源头”上抓起 降压，缉拿“心脑血管”头号杀手 调脂，消除无形杀手 降糖，驾好“五套车” 戒烟，预防心脑血管病 减肥，降低“三高”有良方 运动，分文不取防心脑血管病 调节饮食，远离“富贵病”五、提高对心脑血管病及其“源头”的保健意识（一）健康的概念 世界卫生组织：健康标准六、构筑控制心脑血管病的全面防线七、心脑血管病的预防和保健方法八、“心脑血管双梗死”以及心脑血管病的“双重”防治九、走出心血管病用药的误区

<<构筑心脑血管病的坚固防线>>

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>