第一图书网, tushu007.com

<<冠心病日常调养与护理>>

图书基本信息

书名：<<冠心病日常调养与护理>>

13位ISBN编号：9787509121122

10位ISBN编号：7509121124

出版时间：2009-4

出版时间：人民军医出版社

作者：周明飞，谢英彪　主编

页数：200

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

前言

冠心病是大家耳熟能详的心血管疾病。
冠心病全称为冠状动脉粥样硬化性心脏病。
心脏每时每刻都在跳动，就好比一个泵，不断回收和泵出血液。
心脏的主要构成成分是心肌，心肌的血液供应则来源于左、右两支冠状动脉，这两条动脉及其分支如果发生粥样硬化，就会造成冠状动脉管腔狭窄。
冠心病是由于冠状动脉发生粥样硬化所致。
这种粥样硬化斑块日积月累，逐渐增大，造成动脉管腔明显狭窄、心肌缺血，便会引起心绞痛发作。
如果管腔被完全堵塞，血流中断，便会发生心肌梗死。
若不及时救治，严重影响患者心功能，导致生活质量下降，严重、大面积心肌梗死则威胁生命。
所以，冠心病的防治要引起民众的足够重视。

动脉粥样硬化在早期往往没有明显症状，只有到了中、晚期甚至冠状动脉完全堵塞，造成心肌供血不足或心肌坏死时，才会出现明显的症状，包括心律失常、心绞痛、急性心肌梗死、心力衰竭，甚至猝死。

冠心病的现代治疗方法可分为药物治疗、介入治疗、手术治疗，各种方法都有一定适用范围。
对于轻症冠心病患者可先采取一般治疗和口服用药；如保持良好的心态、生活规律，适当锻炼，注意食用低脂肪、低盐、富含维生素和纤维素的饮食，尽可能食用新鲜蔬菜和水果等；戒烟酒；治疗已有的高血压、糖尿病、血脂异常。
另外，定期到医院复诊，轻症患者经上述治疗后，可在较长时间内保持稳定的状态。

第一图书网, tushu007.com

内容概要

本书从对冠心病的认识谈起，向冠心病患者介绍了怎样进行日常的家庭护理、饮食调养、生活调理、保健预防等方面的内容。
本书作为冠心病调养与护理的科普读物，注重调护方法的科学性、实用性和可行性，内容丰富，通俗易懂，既可指导冠心病患者及其家属或相关医护人员实际操作，也可供广大中老年人和医学爱好者参考阅读。

作者简介

周明飞，南京医科大学临床医学专业本科。
现任南京市小行医院院长、南京赛虹桥社区卫生服务中心主任、内科主治医师。
从医18年，擅长运用中西医结合疗法诊治高血压病、冠心病等常见病，对自然疗法有深入研究。
兼任中国名医理事会副理事长、国际药膳食疗学会江苏分会常务理事、南京自然医学会理事等职。
参编《专家为宝宝选药》等著作5部。

<<冠心病日常调养与护理>>

书籍目录

一、认识冠心病　冠状动脉——人体最重要的动脉　冠脉血流流量多少全靠调节　冠脉异常始于动脉粥样硬化　粥样病变形成机制十分复杂　冠心病名隶属缺血性心脏病　冠心病的不同类型及其表现　冠心病是健康的“第一杀手”　冠心病危险因子错综复杂　典型冠心病临床表现亦可拟诊　诊断冠心病用心电图简便易行　参合他法探明病情鉴别他疾　治疗冠心病亡羊补牢尤为未晚　冠心病的介入疗法　冠心病的溶栓治疗　冠状动脉可以搭“桥”　心肌打孔是治疗冠心病的新手段　冠心病症中医认识视角独特　辨证施治中医治疗冠心病二、家庭护理 冠心病的家庭护理 冠心病术后注意事项 季节交替时冠心病患者不必提前输液 冠心病治疗误区 心肌梗死大多可预测　注意心脏的“呼救信号”心绞痛发作如何施救 引发心肌梗死的原因三、饮食调养 冠心病患者的平衡膳食 冠心病患者饮食上的“三低两高”冠心病患者的热量控制 冠心病患者的膳食个体化 冠心病患者要控制脂肪摄入 冠心病患者要控制胆固醇的摄入 冠心病患者要控制食糖的摄入量 冠心病患者要合理食用蛋白质 冠心病患者要多食用五谷杂粮 冠心病患者饮水不可缺少 冠心病患者需要多少钠盐 冠心病患者要补钙 冠心病患者要补铁　……四、生活调养五、保健预防

章节摘录

冠状动脉——人体最重要的动脉　　我们知道，人体的动脉系统供给各组织器官营养和能源，以维持其正常的生命活动。
然而，人体最重要的动脉是哪一段呢？
当然是冠状动脉，因为全身动脉系统内血液的流动需要心脏不停地搏动来保证。
心脏作为一个泵血的肌性动力器官，本身也需要足够的营养和能源，供给心脏营养的血管系统，就是冠状动脉（包括与之配套的冠状静脉）。
人的心脏和头颅在外形上倒有几分相似，心的形状犹如一倒置的、前后略扁的圆锥体，如将其视为头部，则位于头顶部周边，几乎环绕心脏一周的冠状动脉恰似一顶皇冠，这就是其名称的由来。
冠状动脉是供给心脏血液的动脉，起于主动脉根部，分左右两支，行于心脏表面，其分支及微小动脉遍布心肌之间，最终形成丰富的毛细血管网。
毛细血管位于各肌纤维之间，并与之平行地走行。
人心肌的毛细血管密度很高，约为2 500根每平方毫米，相当于每个心肌细胞伴随一根毛细血管，两者之间的最大弥散距离为8～1 0微米，有利于心肌细胞摄取氧和进行物质交换。
心肌肥厚时，肌纤维直径虽增大，但血管数量并没有相应的增加，故肥厚的心脏易发生血液供应不足。
假如你被诊断为心肌肥厚，那你必须时时防止心脏供血不足。

编辑推荐

从生活的方方面面关注心血管健康，摒弃不健康的生活方式，改变不卫生的生活陋习，打造良好的生活环境，培育健康的生活方式，以提高生命的质量。
《冠心病日常调养与护理》从对冠心病的认识谈起，主要介绍了冠心病的家庭护理、饮食调养、生活调养、保健预防等方面的内容，是一本指导冠心病患者进行自我保健和调养的保健读物。

第一图书网, tushu007.com

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