

<<关注老年病/家庭保健报二十年>>

图书基本信息

书名：<<关注老年病/家庭保健报二十年精华系列丛书>>

13位ISBN编号：9787531723912

10位ISBN编号：7531723913

出版时间：2009-7

出版时间：北方文艺出版社

作者：徐彤

页数：150

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>

<<关注老年病/家庭保健报二十年>>

内容概要

《关注老年病》专刊介绍老年常见病，给予老年朋友及其家人健康方面的指导和帮助，把枯燥难懂的医学知识从“关注心血管疾病”，“常见老年病的防治”，“糖尿病之友”，“老年学堂”，“老年保健”，“家庭护理与急救”六个方面介绍给大家，方便、实用。

书籍目录

【关注心脑血管疾病】爸爸自治高血压别让心梗在天凉季节找上门从耳部征象发现动脉硬化低血压也要防中风动脉粥样硬化可逆转高血压病忌“急降”高血压患者吃出健康来高血压与高血脂并存怎么办高脂血症患者的综合保健冠心病高危人群要警惕冠心病患者喝好三杯“安全水”冠心病患者也应查血糖冠心病元凶是高胆固醇警惕冠脉痉挛引发心绞痛老年人得了心绞痛应注意什么哪些人应定期做血脂检测哪些因素影响血脂检测结果缺血性脑中风须3小时就医让硬化的动脉变“软”身患高血压莫做“危险动作”睡眠不佳可致血压波动提前干预远离中风五花八门的中风先兆小心怒气致心血管疾病心绞痛患者如何选用中成药“不典型心梗”有何规律抑郁使心脑血管风险加倍早期发现脑动脉硬化自我识别心绞痛七法风沙天气谨防呼吸道疾病和心血管疾病梳脚底中风康复快【常见老年病的防治】家庭防中风六字诀自疗肩关节周围炎老年常见病的康复锻炼老人睡姿和防病为老年人防流感支招“爬行疗法”使她恢复健康常见肿瘤的十大报警信号吃醋、吃蒜、吃豆腐可防癌早晨含姜奇迹多老年人常见疾病征兆“老慢支”早春防病五大须知预防“老慢支”合理营养最关键秋季支气管哮喘的预防心脏病的心外症状初冬降温须防心脑血管病突发寒冷季节谨防中风气温初降谨防心肌梗塞防治骨质疏松症五宜五不宜预防骨质疏松：运动和适当承重防便秘需调饮食多揉腹高黏血症的自我防治久卧易引发心肺疾病老年人低血压的危害及防治低血压的中医调养老人冬防“低温症”乐观、亲情治好了我的早搏秋风阵阵老人当心溃疡复发老人失眠症的防治鱼油可预防早老性痴呆【糖尿病之友】“拦截”糖尿病的具体方法——生活方式或药物干预“三煮菜”帮您度过饥饿关不吃米饭反而易得糖尿病当糖尿病遭遇更年期得糖尿病后为何胖了低血糖反应的应急措施饭后五千步防治糖尿病喝茶得法降血糖护好脚走好路糖尿病患者必修课定期检测项目糖尿病人如何对待精神压力糖尿病也会“闹情绪”糖尿病用药六大误区美国糖尿病人为何能长寿血糖正常不等于病好了要降糖吃酸苦糖尿病眼病防治新举措【老年学堂】别把突聋不当回事别小看眼部“老年环”不易被发现的老年贫血症吃鸡蛋不会增加胆固醇骨质疏松 缺钙单纯补钙不可取观皱纹知疾病呼吸困难要当心降血脂吃鱼比吃素好警惕清晨生理异常老人腹泻莫禁食老人感冒不可忽视——选中药更安全有效老人脾气变坏可能隐藏严重疾病老人头痛的四种原因贫血背后的癌症世界卫生组织营养专家小组提出老人饮食营养新标准衰老不等于性功能障碍脑栓塞的信号：舌痛胃痛不可胡乱止痛胸痛未必都是心绞痛鱼油、核酸、脑白金正流行专家提醒营养补品尽在食物中重视老年“隐性心衰”不可忽视的“小中风”【老年保健】冬季的起居保健冬季养生的药物保健简便易学保健法老年性事亦在“心”老人不可不防的四种习惯老人爬山锻炼好不好老人床上锻炼法冷水擦身祛病延年哪些运动能“强心”七八分饱不是不吃饱睡觉注意手臂姿势通向长寿的六项公式养生防病选花卉【家庭护理与急救】“老慢支”患者排痰的家庭护理冬春季节老年肺炎病人的护理高血压危象的紧急处理家庭急救箱配置法慢阻肺急性发作怎么办如何帮助中风失语症患者康复老人四肢骨折急救措施糖尿病昏迷急救措施突发脑溢血应怎么办消化道出血急救措施心肌梗塞急救方法心绞痛急救方法心力衰竭急救方法心跳骤停紧急处理心源性猝死急救法噎食紧急处理冠心病搭桥手术后怎样护“桥”老人常见突发病送医急救“四不得”突然失明急救措施中风康复训练不宜过度冠心病节假日外出要注意什么家有老人：自制装备保安康家庭美满利于心血管病人康复老人如何安度“多事之秋”家有健忘老人怎么办老年人健忘的饮食调理

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>