

<<非常健康6+1>>

图书基本信息

书名：<<非常健康6+1>>

13位ISBN编号：9787534573736

10位ISBN编号：7534573734

出版时间：2010-6

出版时间：江苏科学技术出版社

作者：张爱莉 等编著

页数：113

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>

## <<非常健康6+1>>

### 内容概要

当今，随着经济社会的发展，生活水平的提高，人们的工作压力日益加大，生活方式发生了很大改变，对健康的要求越来越高，对健康知识的渴求也更加迫切。

“让医学归于大众”，这是我国当代医学奠基人之一的裘法祖教授在1948年创办《大众医学》杂志时提出的口号。

2006年初，为了向大众普及健康知识，宣传健康理念，帮助他们养成健康的生活方式，准确了解科学的医学常识，在裘法祖教授的倡导和指导下，我们特组织国内具有丰富经验的临床、营养、康复、护理乃至心理学专家、教授，联合编著了一套健康科普读物——“非常健康6+1”，第一系列丛书列共计36本，于2008年1月隆重推出。

## 书籍目录

第一部分 揭开肾脏的神秘面纱 一、认识肾脏 (一) 我们涨啥样 (二) 肾的位置 (三) 肾脏的结构 二、肾脏的功能 三、患有哪些疾病需要肾切除 (一) 肾脏和输尿管的恶性肿瘤 (二) 肾脏结核 (三) 其他需要肾切除的肾脏疾病 四、肾切除术前需要做哪些准备 五、肾切除术后需要做哪些处理 六、尿毒症患者的福音——肾移植 (一) 在哪些情况下易患尿毒症 (二) 肾功能不全时的注意事项 (三) 为何要进行肾脏移植 (四) 肾移植的指征是什么 (五) 肾移植术后的排斥反应 (六) 肾移植术后常用的免疫抑制剂 七、肾移植前要做哪些准备 (一) 慢性肾衰竭患者移植前注意事项 (二) 肾移植手术前的准备 八、关于肾移植的一些常识 (一) 肾移植的存活率 (二) 肾移植前是否一定要把病肾切除 (三) 乙肝病毒感染对肾移植的影响 (四) 老年人肾移植与血液透析生存率的差别 (五) 肾移植的优势 (六) 活体肾移植有哪些优越性 (七) 肾移植的血型问题 (八) 肾移植的时机 (九) 夫妻间肾移植 九、肾移植出院后注意事项

第二部分 肾切除后的饮食起居 一、肾切除术后日常生活注意事项 二、如何做好肾移植患者的吃、住、行 (一) 肾移植患者的饮食应注意些什么 (二) 肾移植患者日常生活中注意事项 三、提高自身素养和心理素质 (一) 肾移植患者的心理 (二) 做好肾移植患者的情感调控 四、多与肾友交流

第三部分 孤立肾患者的家庭护理 一、做好患者的护理 (一) 心理护理 (二) 避免外伤 (三) 预防泌尿系感染和结石 二、肾移植患者的护理 三、肾移植患者生活中注意事项

第四部分 肾切除后的营养与配餐 一、肾功能不全患者饮食原则 二、孤立肾患者的合理配餐 三、肾移植患者术后的饮食原则 四、肾移植患者的合理配餐 五、肾移植术后的饮食保健

第五部分 肾切除患者运动与康复 一、孤立肾患者适宜做哪些运动 (一) 肾切除患者适宜的运动形式 (二) 运动过程中都包含哪些内容 二、孤立肾如何保养 (一) 肾切除患者一天要喝多少水 (二) 喝什么水最解渴 (三) 夏天如何饮水 三、肾移植患者的合理运动 四、肾移植术后的运动常识 五、肾移植受者运动疗法

第六部分 如何预防病情恶化 一、肾脏的预防保健 二、肾脏的中医调理 三、肾脏患者的“隐形杀手”——高血钾 四、肾脏病早期征兆 五、保护肾脏的措施 六、危害肾脏的七个坏习惯 (一) 不爱喝水 (二) 爱喝啤酒 (三) 食用蔬菜水果不当 (四) 用饮料代替白开水 (五) 吃太多肉 (六) 吃太多盐 (七) 食用来路不明的药食 七、肾移植后常见的并发症 八、四个坏习惯最易伤肾 (一) 想吃就吃, 肾脏不堪重负 (二) 随意吃药, 容易把肾吃坏 (三) 忽视感冒, 肾脏悄悄生病 (四) 长期憋尿, 小心憋出肾炎 九、慢性肾病为什么容易漏诊 十、给自己当个好护士 (一) 防止感染 (二) 预防慢性排异

## 章节摘录

肾癌亦称肾细胞癌、肾腺癌，是最常见的肾脏实质恶性肿瘤，由于平均寿命延长和医学影像学的进步，。

肾癌的发病率比以前增加。

肾癌患者的主诉和临床表现多变，容易误诊为其他疾病。

肾脏的位置隐蔽，与外界主要的联系是尿，因此血尿是发现肾癌最常见的病状，但血尿的出现必须在肿瘤侵入肾盂后方，因此已不是早期症状。

多年来，把血尿、疼痛和肿块称为肾癌的“三联征”，大多数患者就诊时已具有1~2个症状，三联征俱全者占10%左右，很少有可能治愈。

1.血尿 血尿通常为无痛性、间歇发作、肉眼可见的全程血尿，间歇期随病变发展而缩短。

肾癌出血多时可能伴肾绞痛，常因血块通过输尿管引起。

肾癌血尿的血块可能因通过输尿管形成条状。

血尿的程度与肾癌体积大小无关。

肾癌有时也可表现为持久的镜下血尿。

2.腰痛 腰痛为肾癌另一常见症状，多数为钝痛，局限在腰部，疼痛常因肿块增大、充胀肾包膜引起，血块通过输尿管亦可引起腰痛。

肿瘤侵犯周围脏器和腰肌时疼痛较重且为持续性。

<<非常健康6+1>>

媒体关注与评论

“让医学归于大众，最好的医生是自己”。  
——当代“医圣”裘法祖院士

<<非常健康6+1>>

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>