

<<高脂血症用药与配餐>>

图书基本信息

书名：<<高脂血症用药与配餐>>

13位ISBN编号：9787538438659

10位ISBN编号：7538438653

出版时间：2008-7

出版时间：吉林科学技术出版社

作者：孙晓莉 主编

页数：154

字数：165000

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>

## <<高脂血症用药与配餐>>

### 前言

高脂血症是一种常见病、多发病、全世界中、老年患有高脂血症患者约占50%，而在国内高血脂的发病率也在逐年增多，发病率占25.3%，仅次于高血压病。

随着人们生活水平的提高，高脂血症有逐渐年轻化的趋势，许多人“谈脂色变”。

其实，高脂血症并不可怕，血脂增高并不是一天两天形成的，而是与长时间营养过剩，缺乏体育锻炼或服用某些药物等因素有关，如果在生活中避免这些因素，高脂血症是可以预防的。

高脂血症又是心脑血管疾病最主要的危险因素之一，它参与心脑血管动脉粥样硬化的发生、发展及病变恶化的全过程。

早发现、早治疗，高脂血症是完全可以控制的。

本书的第一部分为高脂血症的基本常识，简单地介绍了什么是高脂血症，高脂血症是如何发生的及其危害，怎样早期预防高脂血症；第二部分是高脂血症的用药常识，介绍了如何制订合理的用药方案 各类药物的作用原理，如何选择针对性强的降脂药物，需要了解降脂药的新药、进口药及降脂药物配伍禁忌等；第三部分为高脂血症的常用药物，详细介绍了降脂药、西药、中成药、中药单方和中药复方等；第四部分介绍高脂血症及其并发症用药；第五部分为高脂血症的配餐常识，介绍高脂血症的膳食指南和营养需求，有降脂作用的食物，各种食物的搭配等；第六部分为高脂血症的合理配餐，有四季食谱、每周食谱及制作方法等；第七部分为高脂血症及其并发症推荐配餐，有并发肥胖症、冠心病、高血压病、糖尿病的配餐。

本书自2006年1月出版后，受到读者的喜爱。

此次修订，增加了一些新的内容，使之与时俱进。

本书具有很强的实用性，科学性，由浅入深，通俗易懂，针对性强，便于查阅。

我们衷心希望高脂血症的病人合理用药及安排饮食，更多地了解并正确认识高脂血症，我们期待本书能成为高脂血症病人的良师益友。

本书还可供基层临床医师、保健人员、营养食疗爱好者参考。

书中如有不足之处，恳请读者批评指正。

## <<高脂血症用药与配餐>>

### 内容概要

高脂血症是指由于脂肪代谢或运转异常使血浆中的一种或几种脂质高于正常的高代谢性疾病，它能促进动脉粥样硬化的发生和发展，而动脉硬化可引起冠状动脉疾病如心肌梗塞，还可因脑动脉硬化而导致脑血管意外。

患有高脂血症要及时服用药物调节，饮食控制尤其重要。

随着人们生活水平的提高，高脂血症有逐渐年轻化的趋势，许多人“谈脂色变”。

其实高脂血症并不可怕。

如果在日常生活中避免一些相关的不良因素，高脂血症是可以预防的。

如果做到早发现、早治疗，则高脂血症是完全可以控制的。

细节决定成败，用药是否准确，配餐是否合理，决定着疾病治疗的成败。

本书介绍了高脂血症的基本常识、常用药物、营养需求、食疗食谱等，最重要的是介绍了高脂血症患者的用药常识和配餐常识。

本书集科学性、实用性、系统性于一体，是每个高脂血症病人的良师益友，还可供基层临床医师、保健人员、营养食疗爱好者参考。

<<高脂血症用药与配餐>>

作者简介

孙晓莉，1957年出生，现任吉林大学中日联谊医院急救医学科副主任，主任医师，教授，硕士研究生导师，吉林省医师协会急救医学复苏医学会委员会副主任委员，吉林省急诊医学专科委员会常务委员，长春市急诊医学专科委员会委员，吉林省及长春市医学事故技术鉴定专家库成员，《

## &lt;&lt;高脂血症用药与配餐&gt;&gt;

## 书籍目录

不容忽视的高脂血症 什么是高脂血症 高脂血症是如何发生的 高脂血症的危害 如何及早发现高脂血症 高脂血症的诊断主要依靠实验室检查 患了高脂血症怎么办 高脂血症可以预防吗高脂血症的用药常识 高脂血症患者须在专科医生指导下用药 如何制订合理的用药方案 降脂药的种类及作用原理 如何选择针对性强的降脂药 如何减轻降脂药的不良反应 老年人用药降血脂注意事项 如何选择既经济又有效的降脂药 需要了解的降脂新药、进口药 降脂西药联合应用原则及配伍禁忌 降脂中药的配伍禁忌 与高脂血症有关疾病的中西药联合用药配伍忌用 如何选择有降脂作用的中药单方 如何选择有降脂作用的中药复方 如何判定降脂药治疗的效果 如何根据血脂情况调整用药量高脂血症的常用药物 常用西药 他汀类(HMG-CoA还原酶抑制剂) 贝特类 胆酸螯合剂 烟酸及其衍生物 其他 常用中成药 常用中药单方 常用中药复方 常用保健品高脂血症及其并发症推荐用药 高脂血症用药 高脂血症并发糖尿病用药 肾病综合征引发高脂血症用药 高脂血症并发高血压病用药 肥胖型高脂血症用药 黏液性水肿引发高脂血症用药 高脂血症并发冠心病用药高脂血症的配餐常识 高脂血症患者的膳食指南 高脂血症患者的营养需求 如何进行配餐中营养素含量的计算 高脂血症患者膳食如何进行合理烹调 如何选择有降脂作用的食物 食物搭配的禁忌 如何进行各种食物的搭配 高脂血症患者禁忌高脂血症的合理配餐 春季配餐 夏季配餐 秋季配餐 冬季配餐高脂血症及其并发症推荐配餐 高脂血症并发肥胖症配餐 高脂血症并发冠心病配餐 高脂血症并发高血压病配餐 高脂血症并发糖尿病配餐 单纯高脂血症配餐

## &lt;&lt;高脂血症用药与配餐&gt;&gt;

## 章节摘录

如何进行配餐中营养素含量的计算高脂肪含量的食物 包括动物的脂肪和提炼油、内脏以及橄榄油和棕油。

含脂肪均较高，每100g含脂肪达50g以上。

中等脂肪含量食物 如猪的五花肉、羊、鸡、鸭的肉，每100g含脂肪20-30g。

低脂肪含量的食物 如鱼类，黄鱼、白鱼、黄鳝、鲫鱼、带鱼等鱼类和各种虾类，每100g含脂肪10g以下。

含有少量脂肪的食物 如大米、玉米等粮食类，水果蔬菜等。

高脂血症患者进食量与体力活动是影响体重的两个主要因素。

食物提供人体能量，体力活动消耗能量。

如果进食量过大而活动量不足，多余的能量就会在体内以脂肪的形式积存即体重增加，久之发胖；相反若食量不足，劳动或运动量过大，可由于能量不足引起消瘦，造成劳动能力下降。

所以人们需要保持食量与能量消耗之间的平衡。

要根据每个人的劳动性质，选择相应的标准。

计算出每天的总热量，分配于三餐。

根据食物所含热量值，自由配餐。

极轻度劳动 以坐着为主的工作，如办公室工作，组装或修理收音机、钟表等。

每日每千克体重需能量104.5-125.4千焦（25-30千卡），每日的蛋白质总量70g。

轻度劳动 以站着或少量走动为主的工作，如店员售货，化学实验操作，教员讲课打字等。

每日每千克体重需能量125.4-146.3千焦（30-35千卡），每日的蛋白质总量80g。

中度劳动 以轻度活动为主的工作，如学生的日常活动，机动车驾驶、电工安装、金工切削等。

每日每千克体重需能量146.3-167.2千焦（35-40千卡），每日的蛋白质总量90g。

重度劳动 以较重的活动为主的工作，如非机械化的农业劳动、炼钢、舞蹈、体育运动等每日每千克体重需能量167.2-209.8千焦（40-50千卡），每日的蛋白质总量100g。

## <<高脂血症用药与配餐>>

### 后记

《用药配餐系列》自2006年1月出版后，一版再版，受到读者的厚爱。

作为这套书的责任编辑，我感到十分欣慰。

随着时间的流逝，药物和用药方案等也在发生着变化，为满足读者的需求，我们把书中内容重新做了调整，深入到前沿，与时代同行，将版本进行了修订，改为精华版，使之既严谨又轻松，更为适合读者的阅读口味。

《用药配餐系列》的12种图书针对12大疾病，冠心病、高血压、高脂血症、糖尿病、痛风、肾病、胃肠病、肝胆病、癌症、抑郁症、脑梗塞、哮喘病都是当今的常见病，与饮食、营养关系密切，或影响到饮食、营养。

这套系列书与以往偏重于诊断和治疗图书的不同之处在于，它从用药和配餐为切入点，相关知识渐次展开，内容更为贴近大众，更为实用。

用药如用兵。

诊断明确之后，用药是否准确，关系到治疗的成败。

书中围绕疾病，讲述用药常识，系统地向读者展示了西药、中成药、中药单方、中药复方，介绍这些药物的作用机制、临床应用、用法用量，以及读者关注的不良反应，注意事项等，介绍近年来临床发展起来的新药品种，介绍药物之间的相互作用，这些知识有助于读者提高用药的科学性和合理性。

民以食为天。

疾病得以控制，营养不容忽视。

在患病过程中，患者的消化功能受到影响，营养素的摄入利用受到干扰。

配餐就是根据病情的不同给予多样化、富有营养、合理烹调的平衡饮食。

书中围绕疾病，讲述配餐常识，一一介绍季节配餐、每周配餐、每日配餐、替换食谱、食疗食谱，介绍适合疾病治疗的食物，介绍食物之间、食物与药物之间的相互作用，使配餐起到辅助治疗、增强体力，减轻靶器官负担的作用。

《用药配餐系列》的作者队伍，有几十年临床工作经验的主任医师，有年富力强，获得博士学位的后起之秀。

由于这套书涉及到临床、西药、中药、营养、食疗、厨艺等内容，专业性强、知识面宽、信息量大，因此聘请了一些相关专业的资深专家学者审定书稿，确保书的内容准确，质量上乘。

《用药配餐系列》的出版，最大受益者是普通百姓，通过阅读，他们可以对所患疾病有一个全面了解，对用药和配餐有一个全新认识，以便更好地接受和配合治疗。

此外，对于临床医生、临床药师、临床营养师、临床护士、基层全科医生，都有参考价值。

我将一如既往，热切地期待着读者的反应！

<<高脂血症用药与配餐>>

编辑推荐



<<高脂血症用药与配餐>>

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>