

<<家庭医生>>

图书基本信息

书名：<<家庭医生>>

13位ISBN编号：9787540677664

10位ISBN编号：754067766X

出版时间：1970-1

出版时间：广东教育

作者：陈跃龙 编

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>

## &lt;&lt;家庭医生&gt;&gt;

## 前言

2009年，是伟大祖国不平凡的一年，新中国60周年华诞、改革开放30周年纪念、我国经济在金融海啸余波下保持平稳较快增长……都彰显着祖国的日益强盛。

2009年，又是医药战线动荡的一年，席卷全球的甲型流感蔓延、新医改方案和医保政策的出台、国家基本药物目录和零售指导价格的公布等，无不牵动着医务工作者和千家万户老百姓的神经。

2009年，还是发展历程中有着重要意义的一年，在连续24年月发行量过百万，为亿万读者提供“科学、权威、实用”的医学科普精品的基础上，在“做最优秀的健康传媒”的宗旨引导下，我们又提出了“科学普及，搭建专家和大众交流的平台；健康教育，架设医生和病人沟通的桥梁”的理念，不断地突破自我。

这一年，《家庭医生》丛书编辑部与国内知名专家一道，编写出版了《身体那些事儿——生活卷》、《身体那些事儿——两性卷》、《胃肠道：生命之道》、《与糖尿病和谐共处》、《中国式健康》、《家庭医生孕育宝典》等“《家庭医生》系列丛书”，力求让老百姓“喜欢读、读得快、记得牢、用得上”；这一年，我们联合权威医疗机构和业内知名专家，组织了十几期“名医有约——家庭医生健康大讲堂”活动，使老百姓与专家有了一个零距离互动的交流平台。

## <<家庭医生>>

### 内容概要

《家庭医生》世界行业期刊排名第11位，全国科普期刊第1位；月发行量连续24年超过100万份；曾获得国家科委、中宣部、新闻出版总署等颁发的“国家期刊奖”、“全国优秀科技期刊一等奖”、“新中国60年有影响力的期刊”、“中国标杆品牌”等多项荣誉与奖项。

## &lt;&lt;家庭医生&gt;&gt;

## 书籍目录

最省银子的那些治病方法 高血压治疗，第月10元哮喘，自己降低成本生病作检查，怎么选更划算最便宜的治腰痛方法 帕金森病人，今天唱歌了吗 最要关注的那些健康热点 第三只看流感追问 近视手术不敢看牙的恐怖理由 深海鱼油“打假” 中风后，查CT还是MRI 最需看清的那些山寨说法 颈椎病也“山寨” 人流革命之“梦幻人流” 10分钟，在家自测艾滋? 骇人的肠镜检查 阴道炎，试纸测出来? 最面对面的那些名医开讲健康人生，从“肠”计议关爱自己，拒绝宫颈疾病 控制血糖，健康从“心”开始 压住血压 老来“翘” 最忽悠人的那大小毛病 别再“痘” 我了前列腺长结石 会耍“阴招”的膀胱“老” 腹痛，血管问题 尿路感染后，关节“连锁反应” 最不操心的那些孕育经验 “唐筛”，早做早好 水果当饭吃，孕期糖尿病 不期而至 儿童秋季腹泻，捏脊效果不错 孩子尿床，药片能帮忙? 幼儿防感冒，喝杯“上午茶” 父母必读的“零食教科书” 最要拿捏的那些吃吃喝喝 进补前，先清热去湿 健脾选怀山，而非淮山 慢性结肠炎 饮食的“甲方乙方” 喝“茶”也能治乙肝 将卵巢囊肿“吃”小 粗粮宜常吃，但不宜多吃 饮食帮脂肪肝 减肥尿酸高，怎么吃才好 尿路结石：少吃什么，多吃什么 吟蛋白粉，还不如吃鸡蛋? 最要了解的那些两性话题 避孕药：忘了吃，咋补漏 事前喝点酒，时间更持久? 性冷淡，不能只看次数 附睾炎，阉割了男人的生育功能 最要解开的那些健康问号

## 章节摘录

插图：相比短效降压药，长效降压药的降压作用则平稳得多。

病人第一次服用一种长效降压药时，当天的血压会有所下降，但可能只下降4~5毫米汞柱（没有一下子下降到正常值范围），一般需要1-2周，才能达到稳定的降压作用。

坚持服药一个月左右，长效降压药就起到了它最佳的降压作用。

别看长效降压药一开始“启动”得慢，它可是在积累效应。

一旦达到它的作用峰值，以后只需坚持每天一片，病人的血压就能像火车奔驰在平原上那样，高低起伏都是轻微的。

优势三：控制危险“晨峰”绝大部分人的血压，都会有“晨峰”现象——在早上6-9点时，血压升高达到高峰。

因此，大多数的脑中风、心肌梗死都出现在这个时间段。

所以，控制清晨血压尤为重要。

这一点，中短效降压药显然“鞭长莫及”。

假定病人每天晚上9点睡觉，睡前服一次药，那等到早上6点钟起床时，降压药的药效已过，病人的血压又攀上了高峰。

长效降压药则能一天24小时把血压紧紧“压制”在理想水平，从而减少脑中风和心肌梗死等紧急事件的发生。

优势四：不良反应少长效降压药大多是在便宜的老药基础上研制出来的。

在研制过程中，生产工艺的改进使药物纯度更高，这就能减少药物的不良反应。

另外，降压药有些不良反应，与其长短效制剂有关。

比如中短效的CCB，如硝苯地平、尼群地平等，不少病人服用后，会出现头晕、头痛、下肢水肿等情况。

这和中短效CCB扩张血管迅速、降压作用过于迅猛有关。

同样是CCB，氨氯地平、非洛地平缓释片等，由于降压平稳，就较少出现这种不良反应。

如此说来，长效药是“贵得有理”。

## <<家庭医生>>

### 媒体关注与评论

一书在手，全家受益。

——刘移民（广州市第十二医院副院长、广州市职业病防治院职业病防治专科主任医师、教授）广大读者的健康指南，沟通医患关系的桥梁。

——张晓（广东省人民医院风湿科专科主任、主任医师、教授）《家庭医生》就是你们家的医生。

——陈锡龙（中山大学附属第二医院心血管内科主任、主任医师）科普结合专业，适当跟踪新闻报道，分析近期热点问题。

《家庭医生》，健康人生。

——蒋卓勤（中山大学公共卫生学院预防医学研究所副所长、教授）通俗而不俗气，大众而又专业。

解民众痛苦于精博的医学专业之中，引导大众的健康卫生于通俗易懂的行文之间！

——陆春（中山大学附属第三医院皮肤性病科主任、主任医师）

<<家庭医生>>

编辑推荐

《家庭医生(2009年度精华本)》：《家庭医生》系列丛书28年健康科普权威您最值得珍藏的健康精华

<<家庭医生>>

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>