

<<高血压防治调养一本通>>

图书基本信息

书名：<<高血压防治调养一本通>>

13位ISBN编号：9787543949232

10位ISBN编号：7543949237

出版时间：2011-9

出版时间：上海科技文献

作者：张仲源//陈永超

页数：305

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>

## <<高血压防治调养一本通>>

### 内容概要

本书以高血压的基本常识为基础，不仅介绍了高血压的症状表现、发病原因、疾病类型，从危害性的角度唤起人们对高血压的警惕和预防，还从求医问诊、饮食、运动、药物、敷贴、耳压、针灸以及生活小偏方、生活细节等方面，做了科学而详尽的降压指导。

小细节，大健康。  
希望本书能成为您家居调养的私人医生和贴心护士，精心呵护您和家人的健康。

## <<高血压防治调养一本通>>

### 书籍目录

#### 第一章 揭开面纱，“现出”高血压真面目

了解基本常识，为防治高血压做好准备

高血压和高血压病是一回事吗

高血压有哪些危险信号

高血压有哪些并发症

高血压检查诊断包括哪些内容

引起高血压有哪些原因

如何对高血压进行分类

控制高血压有哪些基本原则

我国高血压病的“三高”、“三低”现象

瘦人患高血压的危险性大不大

高血压与高血脂间的关系如何

降压用药有哪些原则

晨起血压升高有什么危险

高血压有哪些危害

高血压会引起脑卒中（中风）吗

流鼻血和高血压有关系吗

高血压发生脑卒中前有哪些征兆

高血压老人突然发生脑卒中怎么办

发生脑卒中后可以采用放血的措施进行急救吗

得了高血压后还要预防吗

居家自测血压有什么注意事项吗

为什么测量血压时总是出现误差

血压的单位换算是怎样的

#### 第二章 水医就诊，高血压病患者要讲科学

保持理智，做好准备再求医

明智选择，找一家最佳医院

走出认识误区，避免上当受骗

保证求医质量，求医前需做好准备

防误诊、漏诊，选择最佳的时间就医

“首诊责任制”，让挂号不再难

减少医患纠纷，以平常心看病

明辨是非，不受广告宣传的迷惑

追求科学，忌盲目听信非专科医生的信息

相信科学，摒弃“纯天然无毒副作用”的药品

端正态度，认真对待医生的询问

遵从医嘱，求医就要信任医护人员

简明清晰，患者叙述病情要有条理

重视权利，高血压病患者要懂得利用权利

应尽义务，高血压病患者不可不知

入院手续，知程序避免“东奔西跑”

掌握主动权，第一时间确定住院时机

病愈出院，后续事情要记牢

.....

#### 第三章 饮食调养：会吃会喝血压才正常

<<高血压防治调养一本通>>

第四章 运动调养：适当的运动是生命健康的基石

第五章 药物调养：降压勿忘药物百宝箱

第六章 经络调养：按、刮、拔、泡，降压显神通

第七章 偏方调养：小偏方，降压大疗效

第八章 其他疗法降血压

第九章 关注生活细节，成就身体健康

## <<高血压防治调养一本通>>

### 章节摘录

版权页：插图：如果决定挂门诊号，下一个问题是挂什么科，一般小医院分科比较简单，只有内科、外科、妇产科、儿科、耳鼻喉科等五六个门诊科室，随着医学发展，分科越来越细，尤其是在大医院，仅内科就可能分为近十种不同的内科，例如消化内科、心血管内科、神经内科、肾脏病内科、呼吸内科、血液内科、内分泌科、变态反应科等。

而且在每一个科室又会按照医生水平的高低分为普通门诊、专家门诊和特需门诊。

因此，患者在看病时间及此事应当对自己的病情有一个初步认识。

在对自己可能患有什么疾病进行判断以后，再到医院相应的科室挂号诊疗。

如果病情比较复杂或多次治疗效果不佳，应当挂专家门诊号，以得到更好的服务。

如果你仍未能确定自己的疾病属于哪一科，你可以先挂普通门诊号，经检查后再看专科门诊或专家门诊，也可以先到医院的咨询台去咨询。

当病情比较复杂时，咨询台也会出现分诊错误，而且有些疾病确实需要一段时间观察或特殊的检查才能搞清楚是什么病和归哪一个科，又甚至需要各科医师的会诊或转诊，在病情没有明确和转诊手续没有实施之前，你还是应当找第一次挂号的该科医生，会诊也要通过他去进行，这在医院内叫做“首诊责任制”，“首诊”就是你为了治疗此病第一次挂号的科室。

高血压患者应挂高血压专科，如果就诊的医院无高血压专科，则应挂心血管内科。

希望上述几点建议能够使你远离因盲从而带来的无谓的痛苦和烦恼，让冷静、思考和理智伴你走上科学、便捷、满意的就医之路。

## <<高血压防治调养一本通>>

### 编辑推荐

《高血压防治调养一本通》：高血压，为什么血压控制总是不平稳，怎么防治？  
怎么调理？

最好的医生是自己。

血压是怎么高上去的，您知道吗？

高血压有哪些危险的信号，您心中有数吗？

一日三餐、七情六欲、早晚运动、药物降压、经络调养、偏方防治，怎么做血压才能降下来，怎么做  
血压才能平稳？

防治调养，您的心中是一清二楚还是一本糊涂账？

是与否，答案自在您心。

细节决定成败，健康来源态度。

健康，就在您手中！

<<高血压防治调养一本通>>

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>