

<<消化性疾病>>

图书基本信息

书名：<<消化性疾病>>

13位ISBN编号：9787800795145

10位ISBN编号：7800795144

出版时间：1998-11

出版时间：中国人口出版社

作者：(美)蔡恩

页数：144

字数：100000

译者：姚炜

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>

<<消化性疾病>>

内容概要

高血压或中风是否侵袭了你的家庭？

如果是，我们采取如何对策？

萨兰德博士和里维特博士用他们的博识阐释了明确的观点：用合理易行的生活方式降低高血压的风险

。还介绍了如何评估你的遗传危险因素，如何降低致病风险，如何控制环境因素——饮食、锻炼、压力以及戒烟等等。

<<消化性疾病>>

作者简介

阿兰·普里斯曼博士是集营养学家，按摩医师和自然医学教授于一身的西方著名医师和学者。

哈勃特·古德曼博士，精通传统医学和自然疗法的美国著名医疗实践者，尤其擅长针灸和疼痛处理技法。

<<消化性疾病>>

书籍目录

第一章 谈谈危险因素

高血压危险因素自测

什么是高血压病

什么是危险因素

你可以控制的危险因素

.....

第二章 遗传因素

遗传联系

遗传家系谱

你的遗传危险因素

有问必答

第三章 环境因素

1989年关于食品和饮食习惯的民意测验

我超重了吗

我摄盐过多吗

我的生活缺乏运动吗

.....

第四章 什么是高血压

如何测量血压

正确评价血压

血压系统

为什么会患高血压

.....

第五章 预防高血压

立即采取预防措施

控制体重及合理膳食

美国心脏病协会关于健康美国成人的饮食指导

胆固醇是什么

.....

第六章 药物控制高血压

高血压药物治疗指导

抗高血压治疗

逐步递增法

特殊病人的药物治疗

.....

第七章 当高血压不易控制时

高血压的危害

<<消化性疾病>>

媒体关注与评论

书评世界卫生组织预测，抑郁症将成为21世纪人类的主要杀手。

全世界患有抑郁症的人数在不断增长，10%的男人和20%的女人在一起中会出现中度或重度抑郁症，而抑郁症患者中有10-15%面临自杀的危险。

任何人都不会因富有、成功或年龄优势而免患此病，便抑郁症是完全可以预防和治疗的。

在本书中科尼斯·蔡恩博士将让你认知抑郁症的先期征兆，降低患病的可能性，用最新和有效的方法摆脱抑郁症。

书中使用了许多实例和自评问卷，有很好的可比性和操作性。

卫生部疾病预防控制司司长齐小秋指出：“我们应当呼吁全社会，正确认识抑郁症，提高抑郁症患者的就医率。

做好抑郁症的医疗和康复，首先从提高识别率开始。

”也许你常常身心疲惫，也许你常感到生活无望，也许你正被抑郁的情绪所困扰，也许你正想知道，自己是否患了抑郁症，也许你正在寻求远离抑郁症的办法，美国权威专家，将拯救你于抑郁的泥沼

。

<<消化性疾病>>

编辑推荐

《抑郁症》：谁都难免陷于抑郁的情绪中，慢性抑郁症是一种可遗传的疾病，但乐观的是抑郁症完全可以治愈——甚至可以被预防。

蔡恩博士在《抑郁症》中解释了如何认知抑郁症时先期征兆，如何用最新和最有效的治疗方法减少你的致病风险。

<<消化性疾病>>

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>