

<<一本书读懂高血压>>

图书基本信息

书名：<<一本书读懂高血压>>

13位ISBN编号：9787807395713

10位ISBN编号：7807395710

出版时间：2012-5

出版时间：中原农民出版社

作者：王浩，赵海鹰

页数：138

字数：136000

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>

## <<一本书读懂高血压>>

### 内容概要

《一本书读懂高血压/常见病防治系列/医药科普丛书》由王浩、赵海鹰主编，高血压常是中风(脑卒中)、心绞痛、心肌梗死、心力衰竭、肾功能衰竭、失明(眼底病变)和大血管病变的罪魁祸首。目前大多数原发性高血压还无法治愈，所以良好的生活方式，因人而有效的治疗是高血压病人最明智的选择。

《一本书读懂高血压/常见病防治系列/医药科普丛书》采用一问一答的形式，将专家临床经常遇到的，患者最关心的高血压问题，用通俗的语言进行了回答。

全书紧紧围绕高血压这一话题，详细解答了血压基础知识、血压测量知识、高血压的诊断标准、高血压的患病因素、高血压的临床表现、高血压的相关检查、高血压的并发症、老年高血压、继发性高血压、高血压的治疗等。

愿高血压患者读过这本书后，再遇到此类问题，能心中有数，急而不慌，知道应对措施，及时就医，做一个聪明的患者。

## <<一本书读懂高血压>>

### 作者简介

王浩男，1957年出生，主任医师、硕士研究生导师、教授。

河南省人民医院高血压科主任、河南省高血压控制研究中心主任、河南省高血压诊疗中心主任。

致力于高血压研究20余年。

河南省人民医院高血压科的创始人，在疑难高血压、难治性高血压、继发性高血压、老年高血压等方面有丰富临床经验。

在全国率先开展继发性高血压—嗜铬细胞瘤的定性检测、诊治水平居国内前列。

成功的诊治了世界首例JG细胞瘤并。

肾上腺腺瘤高血压。

受权威学术团体的邀请，经常在全国各地作难治性高血压、继发性高血压、发作性高血压、高血压疑难病例分析等学术讲座。

2009年于澳大利亚昆士兰大学亚历山大公主医院高血压科学习。

曾受中央电视台、河南电视台、新浪网、健康报、大河报等媒体邀请作高血压讲座。

经常全国许多患者慕名前来就诊。

兼任中国医师协会高血压专业委员会常委、中国医师协会中西医结合分会高血压专家委员会常委、人民网高血压专家顾问团全国副主任委员、河南省高血压防治专业委员会主任委员、河南省医学会常务理事、国际高血压协会会员、中国高血压联盟理事、《中华高血压杂志》编委、《国际循环》编委、《临床心身疾病杂志》副主编。

发表论文30余篇，专著10余部，获科研成果6项。

### 赵海鹰

河南省人民医院高血压科主任医师、硕士研究生导师，1984年毕业于河北医科大学。

1984年至今工作于河南省人民医院。

2009年于澳大利亚昆士兰大学亚历山大公主医院高血压科学习。

曾于中央电视台第二套健康之路节目做“高血压诊治的7大误区”专题节目，长期从事高血压的临床工作及研究。

擅长诊治疑难高血压、继发性高血压、发作性高血压、老年高血压、体位性低血压、焦虑抑郁性高血压。

首次从国外引进并开展了嗜铬细胞瘤的准确检验方法。

具有良好的医德医风，好大夫网站受到患者的好评，许多患者慕名前来就诊。

兼任河南省医学会高血压防治专业委员会副主任委员、中国医师协会高血压专业委员会委员、中国高血压联盟理事、郑州市高血压防治专业委员会副主任委员。

发表论文30余篇，专著10余部，主持科研课题8项，获得成果奖6项。

## <<一本书读懂高血压>>

### 书籍目录

- 血压基础知识
- 血压测量知识
- 高血压的诊断标准
- 高血压的患病因素
- 高血压的临床表现
- 高血压的相关检查
- 高血压的并发症
- 老年高血压
- 继发性高血压
- 高血压的治疗
- 高血压的饮食、运动及禁忌
- 附1 常用降压药物
- 附2 高血压患者常规血液、尿液检查项目
- 附3 食物成分含量
- 附4 高尿酸血症及痛风患者的食物选择

## <<一本书读懂高血压>>

### 章节摘录

由于高血压患者的血压在夏季较低，若出汗过多易引起血容量不足，从而导致血流缓慢，重要脏器出现缺血、缺氧。

所以要经常补充水分。

室内外温差不要超过7℃，空调房内可以开启风扇。

尽可能减少进出空调房间次数，以免温差的变化使脑部血管反复收缩和舒张而发生意外。

坚持饮食治疗，夏季饮食仍应遵守平时的低盐、低脂、低热量的原则。

可增加绿叶蔬菜、水果、豆类、鱼类及牛奶。

此外，黑木耳、玉米、大豆、黑豆、大蒜、姜、洋葱、山楂等都有不同程度降低血黏度的作用，夏季做菜不妨多加采用。

据情况适当减少含有利尿剂成分的复方降压药或单纯性利尿剂，以防加重低血容量。

但高血压患者必须在医生指导下，适当减少降压药种类或剂量，使血压控制在140/90毫米汞柱以下。

切不可自行减药或停药。

但血压控制不满意者或已发生高血压心力衰竭的病人，仍应间断应用利尿剂。

有资料显示：冬季血压会高些，应注意以下事项：注意防寒保暖。

走出户外，坚持体育锻炼，提高耐寒能力。

坚持服药，保持血压稳定。

有些病人在冬季还需增加降压药的剂量或品种。

因此，高血压病人需调整或继续服用原维持量应在医生的指导下，这样才能使血压保持在理想的水平。

。预防感冒。

因此病常是心脑血管疾病的诱因。

春季气候也常有变化，如春暖过早、倒春寒、忽寒乍暖等。

所以，在春暖花开的季节里血压也会有所波动，及时添衣暖身（春捂），顺应骤变，有备无患。

……

## <<一本书读懂高血压>>

### 编辑推荐

《一本书读懂高血压/常见病防治系列/医药科普丛书》由王浩、赵海鹰主编，随着经济和适合的发展，人类物质文化生活水平也要求日益提高。

所以，今天的中老年人更加关注身体的健康，更加迫切要求提高生活质量，延年益寿。

防患于未然——应是所有人的心愿。

本书是由有丰富经验的中西医专家写成的，它以通俗的语言，将宝贵的经验和先进科普知识传递给老年读者，相信一定会给大家帮助，也一定会受到广大读者的欢迎。

<<一本书读懂高血压>>

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>