

# 《高血压病患者饮食调养》

## 图书基本信息

书名：《高血压病患者饮食调养》

13位ISBN编号：9787508217185

10位ISBN编号：7508217187

出版时间：2009-12

出版社：金盾出版社

作者：黄慧芹

页数：135

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《高血压病患者饮食调养》

## 前言

高血压病是中老年人的常见病、多发病。随着人们物质生活水平的提高和工作节奏的加快，高血压病的发病率正有逐年上升的趋势。据统计，我国的高血压病患者超过一亿人，其发病率已接近西方发达国家的水平。高血压病后期常并发脑卒中、肾功能衰竭和心力衰竭，严重地危害人们的健康甚至生命。正因为高血压病的发病率高、危害性大，所以高血压病的防治日益引起临床心血管病专家的高度重视。饮食治疗高血压病是以中医理论为指导，将天然食物与天然药物有机地融为一体，既保留食物的营养作用，又具有药物的防病治病功效，而且避免了药源性反应，这就是饮食疗法的特色。为了将高血压病的饮食调养方法介绍给读者，我们根据多年的临床工作实践，并吸取了同行们的宝贵经验，编写出这本《高血压病患者饮食调养》。《高血压病患者饮食调养》介绍了高血压病的基础知识，包括高血压的定义、病因、分类、诊断等。重点介绍了高血压病的饮食调养方法，包括高血压病的饮食原则、常见的具有降压作用的食物及各证型的食疗方。此外，对高血压病合并冠心病、高脂血症、脑卒中、肥胖症、糖尿病的饮食调养也作了一般性介绍。为了使读者有针对性地应用食疗方剂，《高血压病患者饮食调养》对高血压及其合并症的中医常见证型作了介绍。

# 《高血压病患者饮食调养》

## 内容概要

《高血压病患者饮食调养》分为7个部分，在介绍高血压病一般知识的基础上，重点阐述了高血压病及其合并症患者的饮食调养。全书共收集286个食疗方，每个食疗方均包括配方、制作、服法、功效和适用证型等5个项目。内容丰富，通俗易懂，操作简便，经济实用，是高血压病患者和基层医务人员的良好读物。

# 《高血压病患者饮食调养》

## 书籍目录

- 一 概述
- 二 高血压病患者饮食调养方法
  - (一) 导致高血压病的膳食因素
  - (二) 有降血压作用的食物
  - (三) 食疗方
- 三 高血压病合并冠心病的饮食调养
  - (一) 冠心病与高血压病的关系
  - (二) 食疗方
- 四 高血压病合并高脂血症的饮食调养
  - (一) 高脂血症与高血压病的关系
- .....
- 五 高血压病合并脑卒中的饮食调养
- 六 高血压病合并肥胖症的饮食调养
- 七 高血压病合并糖尿病的饮食调养
- 附录 食

## 章节摘录

一、概述高血压病是一种常见的心血管疾病。流行病学调查结果表明，高血压病的发病率有逐渐上升的趋势，但是在广大城乡居民中对高血压病的知晓率、治疗率和控制率还远远低于一些发达国家的水平。因此，普及心血管疾病知识，了解高血压病的发病原因、临床特点及对人体健康的危害，采取积极的防治措施，将具有十分重要的意义。

1.高血压的定义.血压是血液在血管内流动时对血管壁的侧压力。心脏是血液循环的动力器官。心肌收缩产生的动力，使血液由心腔排出，沿着大动脉、小动脉到达全身，营养成分和氧气也随着血液的流动供应给全身组织器官。此时，由于血液对血管产生较大的压力，使得具有弹性的血管相应地扩张，缓冲了血管内的压力。心脏舒张时，血液由毛细血管，沿着静脉返回心脏。这时，虽然心脏停止了对血液的挤压，但动脉血管的弹性回缩，能迫使血液继续向前流动。所以，心脏收缩产生了收缩压，动脉血管的弹性回缩维持了舒张压。一定水平的血压是维持机体正常生命状态的必要条件。心脏和血管组成了体循环系统。高血压是体循环动脉血压高于正常值的...种临床综合征。正常人的血压一日内的波动很大。人在运动时、饱餐后、情绪激动时，血压都会有不同程度的升高。即使在安静状态下，在上午和下午也会各有一次较明显的血压上升。

# 《高血压病患者饮食调养》

## 编辑推荐

《高血压病患者饮食调养》：荣获第三届金盾版优秀畅销书奖

# 《高血压病患者饮食调养》

## 精彩短评

- 1、很好，妈妈很喜欢，妈妈很喜欢

# 《高血压病患者饮食调养》

## 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：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)