

# 《学会调节血脂》

## 图书基本信息

书名：《学会调节血脂》

13位ISBN编号：9787200057829

10位ISBN编号：7200057827

出版时间：2005-4

出版社：北京出版社

作者：张劭勤 李成卫

页数：248

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)

# 《学会调节血脂》

## 内容概要

高脂血症危害严重，它可以引发动脉硬化，引起高血压、冠心病以及脑血管疾病等疾病。只有改变不健康的生活方式，与医生建立信赖关系，积极配合医生的治疗，加强自我监测，坚持长期保健策略，才能摆脱高脂血症的困扰。

### 高脂血症知识教育

了解高脂血症的基本医学常识，做到心中有数。

### 去医院看病

了解就医程序和医生对高脂血症的诊治过程。

### 配合医生治疗

战胜高脂血症的关键。

饮食配合：合理的饮食调养，学会调节血脂。

药物配合：使你掌握正确的口服调节血脂药的方法。

运动配合：运动是生命和健康的源泉。

心理配合：血脂受情绪的影响，教你通过心理调适调节血脂。

### 自我监测一并发症预防

调节血脂，使之保持在正常范围；防微杜渐，把并发症消灭在萌芽状态。

### 自我治疗

展示多种简便使用的非药物调节血脂的疗法。

### 长期保健策略

着重介绍高脂血症患者生活起居、衣食住行、工作出游等多方面的保健知识。

## 书籍目录

### 第一章 高脂血症健康教育

#### 基础知识

血中脂质异常升高称为高脂血症

脂类广泛分布于人体各组织

血脂是血液中所含脂质

血脂是怎么来的

胆固醇具有维持生命的重要作用

血中胆固醇过高过低都不好

胆固醇的代谢

甘油三酯含量增高可使体内有益胆固醇减少

甘油三酯的代谢

# 《学会调节血脂》

## 媒体关注与评论

书评怎样明明白白防病治病？ · 多发病的预防非常重要，得了病再治不如不得病，本书教您怎样轻松防病。 · 有些病防不胜防，万一得了病还得积极治疗，本书教您如何进行全方位康复治疗。 · 了解自己的身体和病情，才能顺利康复、重获健康生活。

# 《学会调节血脂》

## 编辑推荐

高脂血症危害严重，它可以引发动脉硬化，引起高血压、冠心病以及脑血管疾病等疾病。只有改变不健康的生活方式，与医生建立信赖关系，积极配合医生的治疗，加强自我监测，坚持长期保健策略，才能摆脱高脂血症的困扰。本书将教你如何防御和治疗高脂血病，让你做自己的保健医生。

# 《学会调节血脂》

## 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)