

# 《高血压自诊.自疗.食疗》

## 图书基本信息

书名：《高血压自诊.自疗.食疗》

13位ISBN编号：9787806666654

10位ISBN编号：7806666656

出版时间：2006-8

出版社：广西科技

作者：范晓清

页数：173

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)

# 《高血压自诊.自疗.食疗》

## 内容概要

说起高血压，大家可能都不陌生。在我们的周围，经常可以听到这样的议论，某某被检查出患有高血压。连患者也不忌讳地说：我高血压。由此可见，患有高血压的人很多，多到已经司空见惯的地步。

是的，当人休息不好、过度劳累、精神紧张、吸烟饮酒时，都可能导致血压的升高。但并不能说，这就是高血压。一时性的血压升高，人人都会遇到，只有当动脉血管因长期受到不良的刺激，而发生病理改变时，才会形成持续的血压高，并最终成为高血压患者。

高血压是造成脑血管意外的最主要因素，也是诱发冠心病的直接病因之一。因此，可以毫不夸张地说：高血压是目前我们面临的，最具普遍性的疾病之一。

本书深入浅出、通俗易懂地阐述了高血压的方方面面。从患者的角度出发，讲述了高血压的得病原因、检查诊断的内容与方法、中西医的治疗手段、患者的日常饮食，以及日常保健和注意事项等。为患者及其家人提供了自诊、自疗和食疗的可靠依据，具有很强的实用性和操作性。

我们相信，广大读者一册在手，会成为自己和家人的“家庭医生”。

# 《高血压自诊.自疗.食疗》

## 书籍目录

第一章 高血压自诊知识	一、高血压的定义与病因	二、高血压的症状表现	三、高血压的分型与分期	四、高血压的检查与诊断	五、高血压与其他病症的关系
第二章 高血压自疗特点	一、高血压的西医治疗	二、高血压的中医治疗	三、高血压的其他疗法	四、高血压的自我护理	
第三章 高血压饮食疗法	一、饮食疗法原则	二、降压食物简介	三、食疗精方		
第四章 高血压预防保健	一、血压与血液循环	二、日常生活保健	三、禁忌注意事项		

# 《高血压自诊.自疗.食疗》

## 编辑推荐

远离疾病，保持健康，是所有人的愿望。俗话说得好：“人吃五谷杂粮，哪能不生病？”我们所能做的就是尽量减少疾病的发生。严格地说，人一旦患病就应该去医院，请医生做专业的检查与治疗，这样才能有效地防止病情恶化，使身体早日康复。但是，从患者和家人的角度考虑，如能了解相关疾病的知识，尤其是对症应用的知识技能，无疑会大大缓解疾病给病人带来的痛苦。在所患疾病的治疗阶段与康复期，甚至能对所患病症的控制和治愈起到巨大的推进作用。本丛书最有价值的地方，在于集中介绍了对健康危害最为严重的一些常见病，并详尽地讲解了对这些病诊治的全面知识和具体应用方法。读者一册在手，既能对其中所介绍的常见病症有全面、详细的了解，又能依此防治自己或家人的病痛，还能减少开支，达到方便、经济、实用的目的。本丛书第一辑共分为10册，以内科常见病为主，兼顾其他各科。读者据此可以掌握种类常见病的自诊要点与自疗方法。

# 《高血压自诊.自疗.食疗》

## 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)