

# 《心脑血管病的自我防治》

## 图书基本信息

书名：《心脑血管病的自我防治》

13位ISBN编号：9787800208867

10位ISBN编号：7800208869

出版时间：1998-12

出版社：人民军医出版社

页数：161

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)

# 《心脑血管病的自我防治》

## 内容概要

### 内容提要

本书作者参考国内外最新资料，结合自己的实践经验，以通俗的语言介绍了动脉硬化症、脑中风、高血压、冠心病、高脂血症等常见心脑血管病的基本知识及自我防治要点，包括常用药物防治及纠正不良生活习惯、保持心理健康、医疗体育与自然因子疗法等非药物综合防治方法。内容科学实用，方法简便易行，是中、老年人防治心脑血管病的良师益友，亦可供基层卫生保健人员阅读参考。

## 书籍目录

### 目录

- 一、增强自我保健意识
  - 防止心脑血管病发生
  - (一) 心脑血管与人身安危
  - (二) 防治心脑血管病要点
- 二、动脉硬化综合防治
  - 身心整体健康的基本保障
  - (一) 动脉硬化及其危害性
  - (二) 预防动脉硬化
  - (三) 动脉硬化非药物疗法
  - (四) 动脉硬化药物治疗
- 三、脑中风综合防治
  - 避免脑血管意外事故
  - (一) 脑中风及其防治对策
  - (二) 预防脑中风
  - (三) 抓住阻止脑中风发生的机会
  - (四) 脑中风药物治疗
  - (五) 脑中风非药物疗法
- 四、冠心病综合防治
  - 确保生命的活力
  - (一) 冠心病及其防治对策
  - (二) 冠心病非药物疗法
  - (三) 冠心病药物治疗
- 五、高血压综合防治
  - 排除心脑血管病危险因素
  - (一) 高血压及其防治对策
  - (二) 高血压非药物疗法
  - (三) 高血压药物治疗
- 六、高脂血症综合防治
  - 消除动脉硬化的主要根源
  - (一) 高脂血症及其防治对策
  - (二) 高脂血症非药物疗法
  - (三) 高脂血症药物治疗
- 七、心脑血管病康复后
  - 争取益寿延年
  - (一) 服用药物的启示
  - (二) 保持体内钠、钾、钙、镁生态平衡
  - (三) 善于摄取生理活性物质
  - (四) 坚持非药物疗法
- 主要参考文献

# 《心脑血管病的自我防治》

## 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)