

# 《明明白白降血压》

## 图书基本信息

书名：《明明白白降血压》

13位ISBN编号：9787509145340

10位ISBN编号：7509145341

出版时间：2011-4

出版社：人民军医

作者：屈健//曹志章

页数：172

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)

# 《明明白白降血压》

## 内容概要

《明明白白降血压》第1版销售45000册，第2版作者作了较大篇幅的增删和修改，依据《新指南》更新了原高血压的分类标准及列表、危险性分层及预后危险度估计等内容。对各种降压药的作用特点、适应证选择、联合用药原则、药物组合方法等进行了更新颖、更详细的叙述；对常用的固定复方制剂作了详细介绍；增加并强调了高血压、特别是难治性高血压的联合药物治疗、有效干预多种升压机制的益处；调整并增加了高血压各种并发症与合并症防治的内容；增加了“H”型高血压、“血压晨峰”等概念与防治方法；明确强调了各种不同情况的高血压降压目标值，包括270个问答，《明明白白降血压(第2版)》图文并茂，通俗易懂，是高血压患者的良师益友。

# 《明明白白降血压》

## 书籍目录

上篇 高血压知识直通车 第1章 高血压——无声的“杀手” 1. 高血压的由来及发展简史 2. 高血压对人体健康有什么危害性？ 3. 为什么说高血压是“无声的杀手”？ 4. 目前我国高血压患者知多少？ 5. 为什么高血压的防治知识必须普及？ 6. 高血压不治疗行吗？ 7. 得了高血压需要终身治疗吗？ 8. 高血压能彻底治愈吗？ 9. 高血压的治疗策略是什么？ 10. 发达国家高血压的流行趋势怎样？ 11. 发展中国家高血压的流行情况怎样？ 12. 我国高血压发展趋势和流行情况怎样？ 13. 目前我国高血压的发病有哪“三高”？ 14. 目前我国高血压状况有哪“三低”？ 15. 为什么说我国高血压的防治已刻不容缓？ 第2章 血压知识面面观 第3章 学会测血压 第4章 高血压的标准与分类 第5章 高血压的“帮凶” 第6章 原发性和继发性高血压 第7章 高血压的并发症及合并症 下篇 明明白白降血压附录

### 章节摘录

版权页：插图：高血压是一种长期存在的顽症，对大多数高血压患者来说，都需要长期坚持服用降压药。服药后血压降到正常是药物治疗的效果，而并不等于高血压已经彻底治愈。所以，一停药血压必然重新升高。这样服服停停，血压更加起伏波动，对心、脑、肾等重要脏器的损害会更加严重，以至于这些患者的并发症发生率高，平均寿命也短于坚持正规用药治疗的血压平稳控制者。（5）老年人血压高可以不治疗：不少人认为老年人的高血压仅收缩压高而舒张压不高，对健康的危害不大，因而不进行治疗。其实这种认识是错误的。流行病学研究已经证实，这种老年人单纯性收缩期高血压同样具有对心脑血管的损害作用，接受正规治疗与不接受正规治疗者相比，其并发症的发生率前者要比后者低40%左右。因此，老年人单纯性收缩期高血压也同样要接受合理的降压治疗。在高血压防治中，要走出上述误区，充分认识到高血压是一种可以控制但尚不能根治的慢性心血管病，只有坚持长期降压治疗，并结合非药物治疗措施，如减少食盐、增加活动、戒烟限酒、控制体重、精神松弛、心理平衡，才能有效地控制血压。而长期控制血压的目的，不仅仅是为了降低血压和解除症状，更重要的是为了保护心、脑、肾等重要脏器免受高血压的损害，从而最大限度地减少脑卒中、心肌梗死、尿毒症等严重并发症的发生。

167.为什么血压过高不宜速降？血压过高，可使患者感到头晕脑胀，所以就想尽快把血压降下来，于是便加大剂量或几种降压药合用，这种操之过急使血压速降的做法是非常危险的。因为人体的心、脑、肾等重要脏器需要正常的血液供应，而血流需要一定的压力来推动，如果血压一旦在短时间内大幅度下降，机体对血压的这种变化还来不及适应，重要脏器的血液供应就要受到影响，发生供血不足、缺血、缺氧，医学上称为“降压灌注不良综合征”。当脑缺血时，可出现头晕眼花、全身乏力，甚至发生缺血性脑卒中；心脏的冠状动脉供血不足缺血缺氧时可发生心绞痛，甚至心肌梗死；血压骤降还可能引起肝、肾功能的损害。因此，如果不是高血压急症，一般应逐渐地平稳地降压，不宜速降。

# 《明明白白降血压》

## 编辑推荐

《明明白白降血压(第2版)》由人民军医出版社出版社出版。

## 《明明白白降血压》

### 精彩短评

1、此书好在简明扼要，通俗易懂，实用性强！特推荐给需要了解这方面知识的朋友！另外我还买了一生无忧的蜂胶软胶囊，说是买一赠一，但赠的却是强劲钙，外包装完好。另外买的番茄红素也是买一赠一，就给了两瓶。包内也无说明。我不知该在哪里反映此情况？只好在此带上一笔！同时希望你们能学淘宝的办法，收到货后能有个买家的意见反映！是否更好一些？

# 《明明白白降血压》

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