

图书基本信息

书名：<<健康之光--话说心、脑、肝的自我保健>>

13位ISBN编号：9787113031831

10位ISBN编号：7113031838

出版时间：1999-01

出版时间：中国铁道出版社

作者：陈跃

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：<http://www.tushu007.com>

内容概要

本书是一本系统介绍神经衰弱、慢性肝炎和心脑血管病的医学科普读物。它围绕上述疾病的流行病学、病因学、发病机理、症状学、诊断治疗学和预防保健学内容展开讨论，并收进了诊断检查和预防治疗方面的一些国内外最新方法，有一定的可读性。本书结构严谨，内容新颖，文字也较通俗，既可作为大众健康教育的科普读物，也可供上述疾病患者在治疗康复和自我保健中阅读。

书籍目录

第一章 人类失眠的奥秘

- 第一节 睡眠的意义及失眠/第二节 睡眠现象及其原理初探
- 第三节 努力寻找失眠原因/第四节 失眠的具体表现
- 第五节 形形色色的失眠伴随症状/第六节 失眠对人类健康的影响
- 第七节 神经衰弱性失眠的鉴别/第八节 失眠的病因检查
- 第九节 话说失眠的心理治疗/第十节 巧妙使用安眠药
- 第十一节 中医对失眠的认识和治疗/第十二节 预测失眠的归宿
- 第十三节 如何预防失眠/第十四节 探索失眠症的实践与理论

第二章 走进人体化工厂

- 第一节 触目惊心的数字/第二节 神奇的人体化工厂
- 第三节 看清病毒真面目/第四节 慢性肝炎的发病奥秘
- 第五节 透过现象看本质/第六节 慢性肝炎表现种种
- 第七节 狐狸尾巴藏不住/第八节 火眼金睛辨真伪
- 第九节 慢性肝炎话后果/第十节 肝脏保养贵在知
- 第十一节 斩草除根抗病毒/第十二节 肝脏为何会硬化
- 第十三节 在祖国医药宝库中探宝/第十四节 保护人体化工厂
- 第十五节 展望基因新疗法

第三章 近距离内看中风

- 第一节 遏制中风上升势头/第二节 人脑的“后勤保障”与中风
- 第三节 中风分类及病因/第四节 窥视中风内幕
- 第五节 中风的表现/第六节 借助“慧眼”识中风
- 第七节 辨别中风真与假/第八节 有的放矢话治疗
- 第九节 三分治疗七分护理/第十节 康复之光在运动
- 第十一节 话说中风之后果/第十二节 健康秘诀在预防
- 第十三节 中风防治新进展

第四章 让冠脉血液畅流

- 第一节 冠心病“行情”看涨/第二节 心肌血供与冠心病
- 第三节 冠心病类型细分/第四节 面对冠心病危险因素
- 第五节 冠脉缺血的玄机/第六节 由表及里剖冠脉
- 第七节 何谓缺血性胸痛/第八节 判断心肌缺血与坏死
- 第九节 “潜入”冠脉内检查/第十节 去伪存真定诊断
- 第十一节 疏通冠脉血循环/第十二节 痛定思痛话养心
- 第十三节 预防比治疗更重要/第十四节 希望还在高科技/参考文献

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:<http://www.tushu007.com>