

<<把名医请回家>>

图书基本信息

书名：<<把名医请回家>>

13位ISBN编号：9787208056145

10位ISBN编号：7208056145

出版时间：2005-05-01

出版时间：上海人民出版社

作者：崔颖

页数：262

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>

## <<把名医请回家>>

### 前言

在过去整整一年的时间里，晨报记者奔波于北京、上海、广州、武汉等地的各大医院，采访了10余位国内著名医学专家。

文章陆续刊登后，其带来的各界反响一直在持续，公众对健康科普知识的渴求程度可见一斑。

为此，我们特地将采访内容结集出版，以飨读者。

洪昭光、胡大一、杨秉辉、向红丁……这些名字我们已耳熟能详，他们传播健康的足迹遍布中国大地。

中国工程院院士钟南山、郭应禄教授为中国医疗事业做出了杰出贡献；刘湘云教授已85岁高龄，《刘湘云教你喂养小宝宝》凝聚了这位著名专家一生宝贵的育儿经验；曾民德、王宁利、张志愿、章振林、孔维佳都发表了他们在各自专业领域里的权威声音；名中医夏翔发扬中医精髓，每一道食疗方都是一份对大众特别的关心……本书把医疗健康领域中很专业的问题，用科普的语言来表达，深入浅出，通俗易懂，读起来就好像专家正对你娓娓道来。

## <<把名医请回家>>

### 内容概要

《把名医请回家》：洪昭光，钟南山，胡大一……权威专家为你引领绿色生活。  
权威性，通俗性，实用性……健康指南给你带来美好人生。

## &lt;&lt;把名医请回家&gt;&gt;

## 书籍目录

像心脏一样的工作 像蜜蜂一样的——洪昭光笑谈健康人生轻松生活篇幸福家庭篇健康人生篇九成心肌梗死可避免——胡大一谈健康从“心”开始心肌梗死年轻化趋势明显戒烟知与行距离太大饥饿感体现良好生命质量常喊累看体质血管污染始于少动预防青少年心肝病刻不容缓“五环”构筑生命时间窗视觉“亚健康”逼近白领——王宁利谈怎样爱护眼睛视觉“亚健康”值得关注影响眼睛三大因素眼病：白领一族难抵挡正确看待近视眼近距离工作与夜间灯光是近视“两大元凶”戴上眼镜，矫正视力激光治近视有“禁区”眼睛保健全攻略关注人体的门户——孔维佳教你保护耳鼻喉儿童耳聋容易被忽视6岁前听力需重点保护九成儿童难“逃”分泌性中耳炎保护听力从“妈妈”开始耳朵的最大烦恼：中耳炎长时间听耳机损坏听力建筑工人小心职业噪音感冒及鼻炎患者坐飞机，容易得航空性中耳炎喉鼻兄弟篇90%的人患有牙周疾病——张志愿谈护齿与生活质量中国人牙病高于发达国家口腔保健清洁可预防龋病饮食与用牙方式会影响牙齿刷牙要三好：好牙刷、好牙膏、好方法牙病需要及时治疗把好“病从口入”关矫正牙齿并非儿童专利缺牙后装牙全攻略特别提醒：嗜烟酒者警惕口腔癌牙齿的五个为什么警惕糖尿病的幽灵在身边游荡——向红丁教你抵御甜蜜杀手谁觉得自己离糖尿病远，谁就会离糖尿病近生活改善寿命延长环境影响大糖尿病和肥胖手牵手乘五驾马车，糖尿病患者也可活到80岁慢阻肺成第四大致死原因——钟南山教你远离慢阻肺戒烟明显改善肺功能雾霾天少出门生活质量影响一生病情在“沉默”中被贻误运动是最廉价的药物生殖疾病成为男性健康“三大杀手之一”——郭应禄教男性走出健康误区男性健康意识淡漠环境污染因素成为“杀精黑手”男性体检常常走过场“包治百病”是无稽之谈前列腺疾病患者应注意心理健康男人四十面临危机男性更年期保健要慎重ED治疗药物不能滥用80%的癌症是由不良生活方式引起——杨秉辉教你与癌绝缘战胜肿瘤关键在预防和不良生活方式说再见“穷人的癌在上面，富人的癌在下面”癌症也有“黑匣子”癌症能够“少发易治”你属于癌症高危人群吗？癌症的首治很重要好心情也能帮助防癌破解癌症背后的四大“真实谎言”5-10年后脂肪肝将位列“常见肝病”之首——曾民德谈脂肪肝重在预防别让肝脏代替脂肪储存能量脂肪肝仅靠B超诊断不够脂肪肝越早发现越易治疗脂肪肝治疗需营养、运动两张处方告别营养过剩与盲目减重预防脂肪肝也要防止“病从口入”无效运动功亏一篑揭示脂肪肝防治九大误区骨质疏松成为老年人主要疾病和死亡原因——章振林谈预防骨质疏松……九成妈妈可以母乳喂养——刘湘云教你喂养小宝宝人人都能中医保健——夏翔谈中医进补养生

## <<把名医请回家>>

### 章节摘录

我特别想呼吁政府也能有所行动。

比如吸烟，政府需要制订戒烟法规，光靠医生是远远不够的。

现在政府已经规定在机场、飞机、影剧院等公共场所不能随便吸烟，这就非常好。

我建议今后扩大禁烟的范围。

实际上预防一定要政府参与，这样才会收效大。

欧盟在2002年已经把心血管的预防正式列入政府议事日程。

SARS就是一个很好的例子，如果疾病不控制，就会引起社会不稳定，影响经济发展。

SARS是暴风骤雨式的发作，大家容易重视。

而每年因心脑血管病死亡的人数远远超过因SARS而死亡的人数。

欧洲非常重视心血管疾病的控制，他们把它当做中世纪的鼠疫，也就是黑死病来看待。

不过黑死病在欧洲的猖狂也只有几年的时间，而心血管疾病在欧洲却已经流行了近一个世纪。

更严重的是，没有从根本上进行控制。

为什么对于吸烟大家还不是很重视？

因为吸烟的危害不是立即就产生的，不是说吸一口烟就能得癌症或是心血管疾病。

吸烟到出现癌症、心血管疾病需要10年、20年的时间。

反过来，看到戒烟“成果”也在10年、20年之后。

我讲两个经典的例子，有两个国家，一个是英国，在20年前加大了控制吸烟的力度，20年后的今天他们癌症的病人数字就下降了。

而法国在同一时期对于烟草采取宽松的政策，在20年后的今天，癌症急剧增加。

两个国家形成了鲜明的对照。

所以，吸烟的危害不是能及时看到的，效果也不是及时看到的，很少人愿意做长远的事情，说到预防大家都觉得重要，但是做起来，却没有把它放在一个重要的位置，把最重要的事情变成了一句空话。

<<把名医请回家>>

编辑推荐

《把名医请回家》：洪昭光，钟南山，胡大一……权威专家为你引领绿色生活。  
权威性，通俗性，实用性……健康指南给你带来美好人生。

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>