

<<高血压病自然疗法>>

图书基本信息

书名：<<高血压病自然疗法>>

13位ISBN编号：9787508220871

10位ISBN编号：7508220870

出版时间：2003-3

出版时间：金盾出版社

作者：尹国有 编

页数：229

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>

<<高血压病自然疗法>>

前言

自然疗法是指运用自然物质充分激发或调理人体生命活力来防治疾病的方法。

随着现代科学技术的发展和人们生活水平的提高，人与大自然之间的距离逐渐增大，许多“文明病”、“富贵病”亦随之产生。

化学药物在治疗某些疾病时，往往显得疗效不够理想，其副作用也越来越受到人们的关注。

相反，自然疗法以其独特的治疗方式和显著的疗效，逐渐被人们所接受。

随着医学模式的转变，全球掀起了“回归自然”的热潮，返璞归真，回归大自然，已成为当今社会的时尚。

可以预料，自然疗法将成为21世纪防治疾病和自我保健的常用方法之一。

高血压病是一种严重影响人们健康和生活质量的常见病、多发病，又是引起冠心病、脑卒中、肾功能衰竭的最危险因素。

据报道，全国高血压病患者已超过1亿人，并且有继续上升的趋势。

虽然药物治疗是高血压病的主要治疗手段，但对占高血压病绝大多数的轻、中度高血压病患者来说，改变高盐饮食、过量饮酒、体力活动少、精神紧张等不良的生活方式，采用方法简单、价格低廉的自然疗法，同样能取得良好的疗效。

<<高血压病自然疗法>>

内容概要

本书是《常见自然疗法丛书》之一。

作者在书中简要介绍了主血压病的基础知识，详细阐述了按摩、运动、饮食、拔罐、药枕、敷贴、沐浴、情志、起居等自然疗法。

为了使读者对高血压病防治知识有更多的了解，书末还附有高血压病的预防。

内容通俗易懂，方法简便实用，取材便利，疗效确切，无副作用，适合于高血压病患者及基层医务人员阅读。

<<高血压病自然疗法>>

书籍目录

一、概述（一）血压的形成与高血压病（二）高血压病的病因和发病机制（三）高血压病的发病情况（四）高血压病的分型及临床表现二、洗足疗法三、按摩疗法四、运动疗法五、饮食疗法六、拔罐疗法七、刷浴与刮痧疗法八、药枕疗法九、敷贴疗法十、沐浴疗法十一、情志疗法十二、起居疗法十三、磁疗法附录 高血压病的预防

<<高血压病自然疗法>>

章节摘录

插图：一、概述（一）血压的形成与高血压病1.血压的形成血压是血液在血管内流动时对血管壁的侧压力，我们通常所说的血压是动脉血压，是指血液流经动脉时，对血管壁所产生的侧压力，是心脏射血和外周阻力相互作用的结果。

心脏和血管组成了循环系统，心脏是血液循环的动力器官，心肌收缩产生的动力，使血液由心腔排出，沿着大动脉、小动脉到达全身，营养成分和氧气也随着血液的流动供应给全身组织器官，此时由于血液对血管产生较大的压力，使得具有弹性的血管相应扩张，缓冲了血管内的压力。

心脏舒张时，血液由毛细血管，沿着静脉返回心脏，这时虽然心脏停止了对血液的挤压，但动脉血管的弹性回缩，能迫使血液继续向前流动。

同时，血液在密闭的血管内流动时，因受血管壁的摩擦和外周小口径血管的阻挡，不能畅通无阻。

因此，血管内的血液，一方面有心缩动力和管壁回缩力的推动，必须向前流动，另一方面又有管内种种阻力阻挡，使它不能顺利前进，这两种力量的对抗，迫使流动的血液对管壁施加压力，这就形成了血压。

血压有收缩压和舒张压之分，心脏收缩期间，动脉血压上升所达到的最高值称为收缩压；心脏舒张期间，动脉血压降低所达到的最低值称为舒张压。

一定水平的血压是维持机体正常生命状态的必要条件。

<<高血压病自然疗法>>

编辑推荐

《高血压病自然疗法》：常见病自然疗法丛书。

<<高血压病自然疗法>>

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>