

<<健康9元书系列>>

图书基本信息

书名：<<健康9元书系列>>

13位ISBN编号：9787508276427

10位ISBN编号：7508276426

出版时间：2012-5

出版时间：金盾出版社

作者：杨新春 编

页数：全50册

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>

## <<健康9元书系列>>

### 内容概要

《健康9元书系列》由卫生部原副部长、中华预防医学会会长、卫生部“健康中国2020战略研究组”首席专家、卫生部疾病预防控制专家委员会主任委员、中国工程院院士王陇德任总主编。

该系列图书主要作者有胡大一、洪昭光、瞿佳、向红丁、郭冀珍等全国知名医学专家教授。

全套书共50种；内容包括：疾病防治类，如向红丁教授编著的《糖尿病三五防糖法》、洪昭光教授的《我的健康我做主》、胡大一教授的《胆固醇的故事--揭开冠心病的秘密》、郭冀珍教授的《高血压可防可治》，以及部分一线专家编写的《心脏病病人何时上医院》、《异动的心--心律失常百问》、《让宝宝的眼睛亮起来》、《克服焦虑症》、《老年痴呆早期防治与家庭护理》、《克服男性的烦恼--前列腺疾病防治》等；饮食营养类，如《冠心病饮食营养黄金法则》、《慢性肾病饮食营养黄金法则》、《糖尿病饮食营养黄金法则》、《痛风饮食营养黄金法则》、《高血压饮食营养黄金法则》、《体质与饮食》等；养生保健类，如《正确选用膏方》、《正确选用补品》、《走出养生误区》、《药酒养生》等。

《健康9元书系列》的特点是，少说为什么，多说怎么办，突出实用性，让读者看得懂、学得会、用得上。

本系列图书内容涉及面广，集科学性、权威性、实用性、通俗性于一体。

## <<健康9元书系列>>

### 作者简介

王陇德院士，是卫生部原副部长，中华预防医学会会长。现担任第十一届全国人大常委、卫生部“健康中国2020战略研究组”首席专家、卫生部疾病预防控制专家委员会主任委员、浙江大学公共卫生学院院长等职。2009年当选为中国工程院工程管理学部院士。

他长期在公共卫生领域从事行政管理、流行病学和公众健康促进专业研究工作，在《新英格兰医学杂志》等国内外学术期刊发表论文100余篇，主编多部专著。曾获国家科技进步二等奖、联合国艾滋病规划署颁发的“应对艾滋病杰出领导和持续贡献”奖以及世界卫生组织颁发的结核病控制“高川”奖。

为提高国民健康水平，他陆续发表了“中国人需要一场膳食革命”、“中国人需要一场行为革命”、“脑卒中筛查与干预：一项重大的国民保健工程”等科普文章，并出版了《首席专家王陇德谈掌握健康钥匙》等科普专著，广泛传播健康科学知识。近年来，他还深入党校、机关、军队和社区，坚持不懈地在全国各地开展健康科普讲座，深受欢迎。

## &lt;&lt;健康9元书系列&gt;&gt;

## 书籍目录

该套装包含以下分册：

- 健康9元书系列·正确选用补品
- 健康9元书系列·冠心病饮食营养黄金法则
- 健康9元书系列·远离养生误区
- 健康9元书系列·宝宝长牙和换牙
- 健康9元书系列·宝宝发热我不慌
- 健康9元书系列·正确选用膏方
- 健康9元书系列·慢性肾脏病饮食营养黄金法则
- 健康9元书系列·糖尿病饮食营养黄金法则
- 健康9元书系列·我的健康我做主
- 健康9元书系列·戴牙箍的孩子——让孩子的牙齿健康美丽
- 健康9元书系列·体质与饮食
- 健康9元书系列·得了甲状腺疾病怎么办
- 健康9元书系列·胆固醇的故事——揭开冠心病的秘密
- 健康9元书系列·医生笔记——痛风防治的关键问题
- 健康9元书系列·不再为头痛而头痛
- 健康9元书系列·脂肪肝病人生活一点通
- 健康9元书系列·痔在必除
- 健康9元书系列·更年期也轻松
- 健康9元书系列·看懂化验单不费力
- 健康9元书系列·与癌共处
- 健康9元书系列·等待宝宝出生——准妈妈读本
- 健康9元书系列·高血压饮食营养黄金法则
- 健康9元书系列·颈椎病可防可治
- 健康9元书系列·克服过敏症
- 健康9元书系列·中午不睡下午崩溃
- 健康9元书系列·宝宝不哭——破译宝宝哭声密码
- 健康9元书系列·高血脂防治
- 健康9元书系列·如何应对中风
- 健康9元书系列·月子里的日子——坐月子的学问
- 健康9元书系列·糖尿病三五防糖法
- 健康9元书系列·心脏病病人何时上医院
- 健康9元书系列·如何应对恼人的鼻炎
- 健康9元书系列·痛风饮食营养黄金法则
- 健康9元书系列·药酒养生
- 健康9元书系列·抑郁症可防可治
- 健康9元书系列·远离瘙痒就这么简单
- 健康9元书系列·在救护车来到之前——自救与互救
- 健康9元书系列·肝炎病人生活指导
- 健康9元书系列·高血压可防可治
- 健康9元书系列·克服男性的烦恼——前列腺疾病防治
- 健康9元书系列·让宝宝的眼睛亮起来
- 健康9元书系列·异动的心——心律失常百问
- 健康9元书系列·肿瘤病人手术后吃的学问
- 健康9元书系列·克服焦虑症

<<健康9元书系列>>

- 健康9元书系列·肾病病人生活一点通
- 健康9元书系列·中老年人巧避骨质疏松
- 健康9元书系列·便秘走开轻松常在
- 健康9元书系列·打鼾不是睡得香
- 健康9元书系列·老年痴呆早期防治与家庭护理
- 健康9元书系列·现代生活爱眼术

章节摘录

版权页：插图：（2）部分感冒患者：由于体温升高和心率加快，有时会出现血压升高的现象，流感治愈后，血压会恢复正常。

（3）精神因素：短暂的精神因素刺激或精神过度紧张，会导致短暂性血压升高，如受到惊吓后血压会升高；连续几天看电视节目过晚，精神紧张，血压也会升高，经过适当的神经调节药物和抗高血压药物治疗后，血压能恢复正常。

不需要终生用药。

（4）妊娠期合并高血压：生育后血压未恢复正常，经过适当的抗高血压药物及改善血液循环药物治疗后，多数人血压可以恢复正常。

（5）女性在更年期往往发生高血压：是由于内分泌功能混乱引起的，经过调节更年期药物和抗高血压药物治疗后，随着更年期的结束，多数患者血压可以恢复正常。

（6）生活方式：经常倒夜班、生活不规律的人，神经调节混乱，容易发生高血压，如果能尽快恢复规律生活，高血压可以明显好转。

（7）药物：某些药物可以导致血压升高，如激素类药物、避孕药等，停止应用这些药物后，血压可以恢复正常。

（8）治疗原发病：肾动脉狭窄、肾上腺皮质增生和醛固酮增多症等引起的继发性高血压，如果能针对病因给予积极有效的治疗，高血压是可以治愈的。

## <<健康9元书系列>>

### 编辑推荐

《健康9元书系列(套装共50册)》特点：权威——中国工程院院士、卫生部原副部长、中华预防医学会会长王陇德任总主编，全国知名一流专家编写，有胡大一、洪昭光、向红丁、瞿佳、郭冀珍教授等。

种类齐全——涉及防病治病、养生保健、饮食营养等。

通俗——专家也会讲故事，心血管疾病专家胡大一对你讲《胆固醇的故事——揭开冠心病的秘密》，保健专家洪昭光告诉你《我的健康我做主》，糖尿病专家向红丁教你驾驭防控糖尿病的“五驾马车”——《糖尿病三五防糖法》，著名眼视光专家瞿佳娓娓道来，如何让《宝宝的眼睛亮起来》，郭冀珍用经验向你传授《高血压可防可治》的方法，《月子里的日子——坐月子的学问》、《等待宝宝出生——准妈妈读本》等也将和你分享从怀孕到分娩，从准妈妈到初为人母，充满着期待、困惑、苦恼和喜悦的心路历程。

实用——方法简单，操作容易，用之有效。

低定价——每本书仅9元钱，少吃一根冰棍，少抽几支香烟，就可以获得你需要的健康知识。

精品礼盒装——送礼送健康，该社为本套系列丛书特制了精品礼盒装。

图书内容实用，包装精美，不失为亲朋好友、单位企业间互相馈赠的上乘礼品。

<<健康9元书系列>>

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>