

<<心血管病防治养生>>

图书基本信息

书名：<<心血管病防治养生>>

13位ISBN编号：9787510026676

10位ISBN编号：7510026679

出版时间：2011-4

出版时间：世界图书出版公司

作者：胡大一 主编

页数：179

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>

<<心血管病防治养生>>

内容概要

提起心血管疾病，几乎人人为之色变。在医院经常看到如果谁被检查出患了高血压或者心脏病，那这个人顿时像秋后的茄子一样没了精神。在很多人看来，患了心血管疾病就相当于被判了无期徒刑，生命在暗无天日中会一天天陨落下去。作为工作在心血管疾病治疗第一线的医生，因为面对太多的疾病和惨痛的突发死亡消息，我们也常常为之慨叹不已。其实，我们并不是输在医疗技术上，而是输在对疾病缺乏清醒的认识上，这里主要指的是医院和医生在疾病终末期的救治，不重视疾病预防和健康促进。公众没病的等得病，得病的等复发，医院坐堂行医，医生成了坐堂医生，等人患病就医。中国的医务体制和传统医学模式坏就坏在一个“等”字上。

如果对疾病有一个清醒明确的认识，加以重视预防，即便得了病也知道该如何及时的治疗，那么很多悲剧就不会发生。心血管治疗可防可控，每10个心肌梗死者9个可以预测，每6个心肌梗死者5个可预防。

据世界心脏联盟分析预计，到2020年，心肌梗死和脑卒中将从目前死因排行榜的第5位和第6位上升至第1位和第4位。全球心血管疾病死亡人数将高达2500万人，其中有1900万发生在发展中国家。也就是说，到了那个时候全球心血管疾病死亡率将增加50%。

<<心血管病防治养生>>

作者简介

胡大一，主任医师、教授、博士生导师，国家和北京突出贡献专家，享受国务院政府专家津贴。著名心血管病专家、医学教育家、国际欧亚科学院院士。曾任同济医学院院长，北京大学医学部心血管内科学系主任，北京大学人民医院心脏研究所所长、心脏中心主任。中华医学会心血管病分会主任委员。中国医师学会心血管内科医师分会前任会长，中国生物医学工程学会心脏起搏与电生理分会前任主任委员，以及国内外重要学术团体委员。并担任《中华心血管病杂志》总编辑。《中国医刊》编辑委员会主任委员。

<<心血管病防治养生>>

书籍目录

第1章 不能小觑的城管疾病

- 一、心血管系统疾病
- 二、心血管疾病的五大防线与预防对策
- 三、治疗心血管病莫忘治“心病”，筑起一道心理防线
- 四、对心血管疾病认识的误区有哪些
- 五、警惕中国心脑血管疾病的第二次浪潮
- 六、更新理念，转换模式，应对挑战
- 七、心血管疾病该做哪些检查

第2章 高血压

第1节 什么是高血压

- 一、什么是血压
- 二、血压的正常值是多少
- 三、高血压有哪些临床症状
- 四、高血压的分级标准是什么
- 五、导致高血压的因素有哪些
- 六、如何预防高血压
- 七、儿童也会得高血压吗
- 八、瘦人也会得高血压吗
- 九、高血压对身体其他器官有危害吗
- 十、高血压会遗传吗
- 十一、什么人易患高血压
- 十二、测量血压还要选择时间吗
- 十三、什么时候测量血压比较好

第2节 如何预防高血压

- 一、家庭应选哪种血压计
- 二、测量血压的正确方法是什么
- 三、测量血压时应注意什么
- 四、什么样的生活习惯跟高血压有关系
- 五、孕妇患了高血压怎么办
- 六、血压突然升高怎么办
- 七、高血压患者穿衣服也有讲究吗
- 八、头痛是高血压的危险信号吗
- 九、高血压患者上厕所要注意些什么
- 十、高血压患者洗澡的时候要注意些什么
- 十一、天气变化对高血压有影响吗
- 十二、高血压患者旅途中该注意什么
- 十三、高血压和高血脂有何关系
- 十四、高血压和高脂血症并存时怎么办
- 十五、高血压患者在性生活时应该注意些什么
- 十六、高血压患者在睡眠上应该注意些什么

第3节 对高血压的诊治

- 一、高血压的诊治误区有哪些?
- 二、高血压患者去医院应检查些什么?
- 三、高血压能完全治好吗?
- 四、高血压患者一定要吃药吗?

<<心血管病防治养生>>

五、降压药物多久才会生效?

六、降压药的最佳服用时间是什么时候?

.....

第3章 冠心病

第4章 其他心血管疾病及相关常见疾病

附录

<<心血管病防治养生>>

章节摘录

版权页：插图：第二条防线——防发病，即做好一级预防。

中年人应定期体检，及早发现心血管的危险因素（高血压、血脂异常、糖尿病、吸烟、肥胖）或亚临床病变（如颈动脉斑块等），及时综合控制多重危险因素，预防心血管病发生。

一首先，要改变传统医疗实践和模式。

“上工治未病”，目前我们将过多的力量投入到了疾病下游，如介入治疗及搭桥等技术，这些虽然是十分必要的，但它只能针对已到疾病晚期或有严重后果的情况。

我们应把更多的精力投入到疾病的上游，强调预防为主。

其次，要从传统的以经验为基础的模式转向循证医学的模式，即所有的干预措施应有研究证据。

再次，组建多学科联盟。

过去往往实行严格分工，如高血压学会只管高血压，糖尿病学会只管糖尿病等。

这一情况已不适合现今在一个人身上有多种危险因素的情况。

只有多学会的联合行动，齐抓共管，在一个平台上共同治理多重危险因素，才能达到事半功倍的效果。

最后，改变专科医生和社区医生脱节的局面。

只有将临床研究的重大成果转化为广大医生包括社区医生规范的医疗实践，把健康管理及慢病管理落在社区基层，才能达到减少疾病的社会效益。

第三条防线——防事件。

即已发病的病人，能不能让其病情长期稳定，不出现心肌梗死或猝死。

其中稳定斑块、抗栓治疗是防事件的关键，没有血栓就没有事件。

早期使用他汀类药物，可以发挥降脂及多效性外的稳定斑块作用，例如改善内皮细胞和抗炎症。

<<心血管病防治养生>>

编辑推荐

《心血管病防治养生》：中国工程院副院长第四军医大学校长樊代明院士强力推荐心血管疾病不能小觑高血压的防治养生冠心病的防治养生其他心血管疾病及相关常见疾病防治养生中国工程院副院长第四军医大学校长樊代明院士强力推荐健康是一种智慧最好的医生是自己，最好的治疗是预防！

<<心血管病防治养生>>

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>