

<<远离冠心病.心绞痛>>

图书基本信息

书名：<<远离冠心病.心绞痛>>

13位ISBN编号：9787534556883

10位ISBN编号：7534556880

出版时间：2008-1

出版时间：江苏科技

作者：周作新

页数：208

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>

<<远离冠心病.心绞痛>>

内容概要

本书将按照“6+1”的模式向您讲述冠心病、心绞痛的准确诊断、最佳治疗方法、康复运动、发病阶段的护理、生活起居的方方面面，让你打开书就能知道想知道的生活细节，努力战胜人类的第一杀手——心血管疾病，健康快乐地生活。

<<远离冠心病.心绞痛>>

书籍目录

- 第一部分“冠脉”淤塞祸及心脏 一、只要“心”好，一切都好 (一)全是冠脉堵塞惹的祸 (二)冠状动脉硬化开始于儿童 (三)危险因素联手作恶导致冠心病 (四)群害作祟诱发冠心病 (五)识别冠心病的“脸谱” 二、寻踪觅迹，捕捉顽凶 (一)揭开心绞痛的“神秘面纱” (二)“侦破”冠心病自有招数 (三)警惕隐匿型冠心病发作 三、分清“敌情”。各个击破 (一)急性心绞痛发作重在止痛 (二)心绞痛缓解期必须坚持服药 (三)应用药物控制相关疾病 (四)“两个A、B、C、D、E”搭配 (五)给有病的心脏“修路架桥” (六)冠心病的中医中药疗法 (七)冠心病病人的心理调适
- 第二部分 科学生活确保健康 一、生活安排讲科学 (一)泰然生活 (二)清淡饮食 (三)戒除恶习不吸烟 (四)睡眠安排宜妥善 (五)常注重生活细节 (六)多关注天气变化 (七)出差旅游自量力 (八)尽量少驾车外出 (九)房事须适度而行 二、保持健康心理状态 (一)不良精神因素的影响 (二)冠心病病人心理障碍 (三)冠心病病人心理保健
- 第三部分 悉心呵护临危不乱 一、家人呵护病祛一半 (一)病人渴望家人的呵护 (二)家庭护理的工作内容 (三)搞好家庭护理的措施 二、心绞痛发作积极止痛 (一)病人立刻就地休息 (二)赶快使用急救药盒 (三)急救药盒的使用方法 (四)使用急救药盒的注意事项 (五)常用冠心病急救的中成药 三、心肌梗死发生就地急救 (一)心肌梗死的疼痛特征 (二)心肌梗死的现场急救 (三)人工心肺复苏的操作 四、猝死突发立刻进行现场救护 (一)猝死的临床表现 (二)猝死的现场急救
- 第四部分 合理饮食胜过药方 一、冠心病病人的食物选择 二、冠心病病人的合理膳食 (一)合理膳食的意义 (二)合理膳食的原则 (三)合理膳食的措施 三、搞好四季饮食营养调理 (一)春季的饮食营养调理 (二)夏季的饮食营养调理 (三)秋季的饮食营养调理 (四)冬季的饮食营养调理 四、冠心病病人的膳食要求 (一)食物品质要求 (二)进食形式要求 (三)保持理想体重 (四)一日膳食结构 (五)莫“恐”胆固醇 五、冠心病的饮食疗法 (一)饮食疗法的意义 (二)饮食疗法的原则 (三)中医药膳的辅助治疗
- 第五部分 适度运动延年益寿 一、运动锻炼预防冠心病 (一)运动锻炼消耗大量能量 (二)运动锻炼全面增强体质 (三)运动锻炼讲究科学性 二、冠心病的体育疗法 (一)运动对冠心病具有治疗作用 (二)不宜从事运动的冠心病病人 (三)冠心病病人的运动项目选择 (四)冠心病病人运动的小心安排
- 第六部分 加强监护严防突发事件 一、提防冠心病突然发作 (一)提防突发事件的原则 (二)提防心绞痛急性发作 (三)提防心肌梗死的发生 (四)预防心肌梗死后再梗死 (五)谨防冠心病病人发生猝死 二、学会自我观察病情 (一)自我监测心脏功能 (二)自我进行身体检查 (三)自我判断心绞痛 (四)定期上医院复查

<<远离冠心病.心绞痛>>

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>