

<<慢性病如何吃喝调养>>

图书基本信息

书名：<<慢性病如何吃喝调养>>

13位ISBN编号：9787537541176

10位ISBN编号：7537541175

出版时间：2011-1

出版时间：河北科技出版社

作者：李国霞，林敬 编著

页数：276

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>

<<慢性病如何吃喝调养>>

前言

随着生活水平的提高，营养状况的改善，公共卫生、居住环境、医疗技术与设备的改善和进步，人类寿命逐年延长。

而与之不相协调的是，慢性病的患病率却在逐年增高。

排除意外伤害等伤亡原因，心脑血管疾病（高血压、冠心病、高脂血症等）、消化系统疾病（慢性胃炎、胃溃疡等）和神经系统疾病等相关疾病已经严重威胁人类生命安全。

探究慢性病的发生原因，可以发现许多疾病都与不良生活习惯有关，比如饮食不均衡、生活无规律、滥用药物等诸多问题。

具体说来，酒喝多了患慢性病，甜食吃多了患慢性病，口味太重、吃得太咸会患慢性病，烟抽得过多也会患慢性病。

此外，用药不当也会患上慢性病。

这些归结起来都是人们太过娇惯自己。

喜欢来两口的，一日三餐都会喝点酒，饭前饭后都喜欢抽支烟；口味重的不是甜就是咸，总觉得那样吃才过瘾，不知不觉就让慢性病找上门来，如高血压、高脂血症、心脏病、糖尿病、痛风、慢性胃炎、胃溃疡等疾病，有的人占全了，人身兼数病。

<<慢性病如何吃喝调养>>

内容概要

防治慢性病，欲速则不达，三分靠治七分靠养。

更况且，是药三分毒，别太依赖药赖药物。

基于此，本书以饮食、运动、经穴按摩等非药物疗法为切入点，从预防、治疗、调养三个方面建立了慢性病立体防护网，在此基础上，提出针对性的调治方案。

本书图文并茂，科学实用，是您日常调养的家庭好医生，健康好帮手！

<<慢性病如何吃喝调养>>

作者简介

士荣华，主任医师，1936年11月生，现居住北京。

为中华医学会会员，中国抗衰老科技学会山西分会常务理事，中国中西医结合学会忻州分会副理事长，北京市士荣华中医药研究所所长。

作者幼学岐黄，从医至今50余年，积累了丰富的临床经验，特别善于运用中西医结合疗法诊治内科、外科、妇科、儿科、五官科等专科疑难病症。

曾发表医学论文97篇，出版医学专著5部。

<<慢性病如何吃喝调养>>

书籍目录

[第一章] 慢性病三分治七分养 慢性病是长期娇惯出来的 酒，喝得太多患上慢性病 糖，吃得太甜患上慢性病 盐，吃得太咸患上慢性病 食，晚餐太饱患上慢性病 烟，抽得太多患上慢性病 眠，睡得太多患上慢性病 行，动得太少患上慢性病 用药不当为慢性病埋下祸根 错，用错药为慢性病埋下祸根 量，用药过量为慢性病埋下祸根 时，过时补误为慢性病埋下祸根 配，配伍不当为慢性病埋下祸根第二章 心脑血管疾病第三章 消化系统疾病第四章 神经系统疾病第五章 内分泌代谢疾病第六章 生殖系统疾病第七章 骨关节疾病第八章 儿科慢性疾病

<<慢性病如何吃喝调养>>

章节摘录

插图：2006年世界卫生组织提出，癌症是一种可以调控的慢性疾病，这意味着人与肿瘤完全可以长期共存。

但是，如何才能更好地实现“人瘤共存”？

在手术、放化疗之外，服药正确与否对疗效也非常重要。

有关方面专家郑重警告患者：“肿瘤药物必须严格按时服用，如果事后补服，毒性可能加剧、疗效可能受损、耐药性也可能提前出现。

”可以说，不同药物应按说明书要求在不同时间段服用。

有的是睡前空腹服用，有的则是餐后进服，如果混淆错乱，则可能导致对胃肠道的刺激产生。

部分口服化疗药物容易引起恶心、呕吐等不良反应。

由此可见，过时补误是很危险的。

那么，忘记了吃药，又该怎么做呢？

如果能够保证与下次服药有足够的间隔，可以把忘记服用的药物补上；如果时间上不允许，就不必再补了，记得下次按时服药就好。

不过，不能一概而论，不同药还要区别对待。

<<慢性病如何吃喝调养>>

编辑推荐

《慢性病如何吃喝调养》：内容丰富，治病防病又保健图文并茂，好懂好用还好看实用简单，疗效奇特又方便细心贴心，健康礼品更省钱专家建议 防治慢性病，欲速则不达专家忠告 慢性病，别太依赖药物专家提醒 慢性病，三分靠治七分靠养专家推荐 会吃会喝会调养最好的医药

<<慢性病如何吃喝调养>>

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>