

<<阻击三高>>

图书基本信息

书名：<<阻击三高>>

13位ISBN编号：9787538160017

10位ISBN编号：7538160019

出版时间：2009-9

出版时间：辽宁科学技术出版社

作者：黄昀，莫霄云 编著

页数：160

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>

<<阻击三高>>

内容概要

本书从实际出发，深入浅出地讲述了“三高”的发病原因、症状特点、治疗方法及手段、日常食疗和预防护理等内容，让读者对“三高”的诊治了然于心，打好阻击战。

<<阻击三高>>

作者简介

黄昀，女，广西中医学院中医学专业学士，北京体育大学运动医学专业硕士研究生，现任广西体育高等专科学校讲师。

为中国体育科学学会运动医学分会会员，国家一级社会体育指导员，广西国民体质监测中心成员。工作以来一直从事体育与健康、营养等相关理论的教学工作，并致力于体

<<阻击三高>>

书籍目录

PART 1 远离高血压 一、知识篇 1.高血压话题 2.热点问答 二、饮食篇 1.饮食话题
2.健康饮食推荐PART 2 远离血血脂 一、知识篇 1.高血脂话题 2.饮食篇PART 3 远离高
血糖 一、知识篇 1.高血糖话题 2.饮食篇

<<阻击三高>>

章节摘录

插图：PART1 远离高血压一、知识篇1.高血压话题话题NO.1认识高血压（1）什么是血压血压是指血液在血管内流动时，对血管壁产生的单位面积侧压。

通常说的血压是指动脉血压。

血压包含收缩压和舒张压。

以毫米汞柱（mmHg）或千帕（kPa）为单位。

表示方法是一个分数，如120/80毫米汞柱，分子120表示收缩压，分母80则表示舒张压。

（2）什么是高血压是指体循环动脉压增高，可使收缩压或舒张压高于正常或两者均高。

它可以引起一系列症状，并降低患者的生活与工作质量，重者可威胁生命，长期高血压可影响重要脏器尤其是心、脑、肾的功能，最终导致脏器功能衰竭。

（3）什么是高血压病原发性高血压是以血压升高[收缩压140毫米汞柱和（或）舒张压90毫米汞柱]为主要临床表现，而病因尚未明确的综合征，通常简称为高血压病。

<<阻击三高>>

编辑推荐

《阻击三高:守住健康底线》是由辽宁科学技术出版社出版的。
守住健康底线

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>