

<<高血压的自我管理>>

图书基本信息

书名：<<高血压的自我管理>>

13位ISBN编号：9787802452329

10位ISBN编号：7802452325

出版时间：2009-1

出版时间：军事医学科学出版社

作者：张孝忠，原新茹 主编

页数：135

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>

<<高血压的自我管理>>

前言

在人类漫长的生命周期中，疾病始终是影响生命的天敌。

人的一生中除了要与大自然抗争外，还要和疾病抗争。

据现有资料预测，到2025年全球将有29.2%的成人患有高血压病，也就是说约有15.6亿的人患上此疾病，在威胁人类生命的疾病中，高血压病的杀伤力仍位居榜首。

随着科技高速进步，当今世界，医学领域也取得了令人瞩目的成就。

解放军307医院的专家、教授及长期在一线工作的医护技人员，参考了大量最新的有关资料，在业余时间历时数月完成的这本书，是一本介绍高血压病的通俗读物，属于医学科普范畴。

它用通俗易懂的语言、深入浅出的方法、全面详尽的诠释，对当代关于高血压病的定义、临床研究的现状、高血压病的临床特点、高血压病的治疗、当代降压药的循证医学证据、国内外共同遵循的高血压病的治疗指南及我们在实际工作的点点滴滴经验介绍。

读者们可以在茶余饭后、工作间隙仔仔细细地品味一番，便可有细雨湿衣看不见的收获。

本书能使您的健康良效颇丰，成为读者的益友。

<<高血压的自我管理>>

内容概要

高血压是目前国内外人群中的流行病、常见病，也是最常见的死亡原因之一。本书以通俗的语言简要介绍了近年来高血压发病率居高不下的原因，罗列了与高血压有关的知识，旨在指导高血压患者更好地进行自我管理，帮助健康人群防微杜渐预防高血压病，提倡健康绿色生活。全书条理清晰、内容翔实，是预防疾病，提高生活质量的必备手册。

<<高血压的自我管理>>

书籍目录

- 医生谈高血压 1. 什么叫血压？
- 2. 什么叫高血压？
- 什么叫继发性高血压？
- 3. 哪些疾病可以引起继发性高血压？
- 4. 哪些线索可以提示继发性高血压？
- 5. 什么叫原发性高血压？
- 6. 血压如何分类？
- 原发性高血压如何分级？
- 7. 什么叫血压正常高值？
- 对血压正常高值应如何处理？
- 8. 原发性高血压如何进行危险程度分层？
- 9. 原发性高血压患者危险I生评估对治疗有何作用？
- 10. 为什么强调原发性高血压危险性分层的重要性？
- 11. 脉压增大有何临床意义？
- 12. 如何测血压？
- 13. 什么叫听诊间隙？
- 14. 什么叫假性高血压？
- 15. 用袖带式血压计测量血压需注意什么？
- 16. 测量血压时舒张压为什么要以声音消失处为准？
- 17. 四肢的血压是一样的吗？
- 18. 电子血压计可以用来测量血压吗？
- 19. 评价血压水平的方法有几种？
- 什么叫诊所偶测血压？
- 20. 什么叫“白大衣性”高血压？
- 21. 什么叫隐蔽性(隐匿性)高血压？
- 22. 什么是自我测量血压？
- 23. 什么叫动态血压？
- 是否每个人都需要测动态血压？
- 24. 24小时动态血压监测对诊断、治疗原发性高血压有何作用？
- 25. 原发性高血压患者进行超声检查有何意义？
- 26. 原发性高血压患者胸部x线检查可能会有什么改变？
- 27. 原发性高血压患者心电图检查有何改变？
- 28. 原发性高血压患者眼底病变如何分级？
- 29. 什么叫C反应蛋白(CRP)？
- 什么叫超敏c反应蛋白(hs—CRP)？
- 30. 原发性高血压患者会有什么症状？
- 31. 引起原发性高血压发病的危险因素有哪些？
- 32. 什么叫体重指数(体质指数)？
- 什么叫正常体重、什么叫超重、什么叫肥胖？
- 33. 如何测量腰围？
- 什么叫腰臀比？
- 34. 超重和肥胖的原因是什么？
- 35. 超重、肥胖与原发性高血压有何关系？
- 36. 每人每天摄盐标准是多少？
- 37. 血钙浓度与原发性高血压有何关系？

<<高血压的自我管理>>

38. 中国传统膳食的特点与原发性高血压发病有什么关系？
39. 中度以上的饮酒与原发性高血压发病有何关系？
40. 糖尿病与原发性高血压发病有何关系？
41. 糖尿病合并原发性高血压有何危害？
42. 高脂血症与原发性高血压有何关系？
43. 原发性高血压会遗传吗？
44. 原发性高血压与年龄有何关系？
45. 吸烟对人的血压有何影响？
46. 什么是A型性格？
什么是B型性格？
47. 性格与原发性高血压发病有何关系？
43. 原发性高血压发病与地理因素有何关系？
49. 哪些药物会引起血压升高？
50. 社会经济因素对原发性高血压发病有何影响？
51. 原发性高血压主要危及哪些器官？
52. 为什么说原发性高血压是无声的杀手？
53. 原发性高血压伴左心室肥厚有何危害？
54. 为什么原发性高血压患者易患冠心病？
55. 原发性高血压为什么会增加心力衰竭的危险性？
56. 原发性高血压对脑血管有何危害？
57. 什么叫脑卒中？
58. 为什么说高血压是中国人群脑卒中发病最重要的危险因素？
59. 什么叫脑出血？
60. 血压高时脑血管为什么容易破裂？
61. 血压高时为什么易引起脑血栓？
62. 什么叫腔隙性脑梗死？
63. 什么叫短暂性脑缺血发作（TLA）？
64. 脑卒中有先兆吗？
65. 为什么冬季易发生脑卒中？
66. 原发性高血压为什么易引起肾损害？
67. 原发性高血压造成肾脏损害的早期指标是什么？
68. 原发性高血压引起肾脏损害的常见疾病有哪些？
69. 什么叫动脉硬化？
为什么原发性高血压易引起动脉硬化？
70. 什么叫主动脉夹层？
71. 哪些临床表现应警惕主动脉夹层 72. 周围动脉病变如何分类？
高血压可引起哪类周围血管病？
73. 原发性高血压的眼底并发症是什么？
74. 高血压为什么易损害肾脏？
75. 肾脏损害合并高血压有什么特点： 76. 高血压肾病有什么表现？
77. 为什么高血压合并慢性肾病患者易患心血管病？
78. 为什么高血压肾病不容易早期发现？
79. 筛查高血压肾病一般常用什么方法？
80. 血压长期升高的患者心电图有什么异常？
81. 高血压合并冠心病的心电图表现是什么？
82. 高血压可引起哪些心律失常？
83. 何为动态血压监测？

<<高血压的自我管理>>

84 . 哪些患者需做动态血压检查？

高血压的预防和饮食调理高血压与用药高血压与运动高血压的预警信号与保健高血压与中医

<<高血压的自我管理>>

章节摘录

医生谈高血压2.什么叫高血压？

什么叫继发性高血压？

正常人群血压呈铸钟形分布。

正常人群的血压有的偏高有的偏低，血压与高血压间没有截然的界线。

血压水平与心血管疾病危险之间的关系也是连续的。

因此，以往以任意血压水平来划分正常血压与高血压都是人为的选择。

我国实行的高血压的诊断标准也经过了1959年、1964年、1979年、1999年四次修改。

2005年中华人民共和国卫生部、中国高血压联盟参考世界卫生组织和国际高血压协会（WHO/ISH）的标准明确提出了我国高血压的诊断标准是：在未服降压药的情况下，收缩压 140 mmHg或舒张压 90 mmHg。

继发性高血压又称症状性高血压。

顾名思义，就是能找到引起血压升高明确病因的高血压。

在这种情况下，高血压只是原发病的临床症状之一，我们称之为继发性高血压。

症状性高血压约占全部高血压人群的5%。

症状性高血压经过对原发病的治疗可使大部分患者得到根治，有些继发性高血压的原发病即使不能被手术治疗，也能用药物进行治疗。

如果不能及时发现继发性高血压，延误了对原发病的治疗，则致残率和致死率较原发性高血压更为明显。

3.哪些疾病可以引起继发性高血压？

与呼吸系统有关的继发性高血压：阻塞性睡眠呼吸暂停。

与肾脏有关的继发性高血压：急慢性肾炎、慢性肾盂肾炎、慢性间质性肾炎、肾肿瘤、多囊肾、肾功能衰竭等肾实质病变及肾血管狭窄病变。

与内分泌有关的继发性高血压：肾上腺肿瘤或增生引起的原发性醛固酮增多症、嗜铬细胞瘤、库欣综合征，甲状腺功能亢进，甲状旁腺功能亢进等。

与妊娠有关的继发性高血压：先兆子痫或子痫。

与药物有关的继发性高血压：口服避孕药、雌激素、泼尼松等糖皮质激素，促红细胞生成激素，吡哆美辛、匹拉米酮等非类固醇抗炎镇痛药。

其他如各种原因所致的颅内压增高、大动脉炎、烧伤等也能引起血压继发性升高。

<<高血压的自我管理>>

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>