

<<老年健康问题>>

图书基本信息

书名：<<老年健康问题>>

13位ISBN编号：9787807066439

10位ISBN编号：7807066431

出版时间：2008-4

出版时间：上海远东出版社

作者：上海世纪出版集团

页数：176

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>

## <<老年健康问题>>

### 内容概要

人生在世，健康第一。

有一副好身板，别人夺不去，金钱买不到，权势换不来，健康处于压倒一切的优势。

健康好比一杯白开水，拥有它时感到淡而无味，一旦失去它，便会像置身于茫茫大漠，感到它的珍贵。

没有了健康，你还拥有什么？

《老年健康问题》为《自我保健》尹学兵撰写的医学专家专题采访稿的汇编，针对老年人常见的健康问题和高发疾病进行专家讲解和分析。

## &lt;&lt;老年健康问题&gt;&gt;

## 书籍目录

第一部分：老年人的视觉问题 面对老花眼，我们该懂些什么——眼科专家张忆谈老花眼  
 老花眼：与其他眼病有何区别 近视眼：会不会变成老花眼 老花镜：如何选配适合自己的  
 戴镜后：每隔3~5年应验一次光 相关链接：老花眼的自我保健方法 患上白内障，何时做手术  
 好——眼科专家张忆谈白内障 白内障：60岁以上的老人患病率高达60% 白内障：老花眼消失  
 可能是先兆 白内障：比较明显的症状主要有哪些 白内障：一定要等到熟了才能摘除吗 白  
 内障：预防可以从哪些方面做起 相关链接：女性长期服用维生素C可以降低白内障发病率 第  
 二部分：老年人的肠道问题 肠子“闹情绪”，“无病”也呻吟——消化内科专家顾同进谈肠易激  
 综合征 肠胃也会“闹情绪” 病程长且反复发作 改善饮食可以减少症状 综合治疗是关键  
 相关链接：你有肠易激综合征吗 老年人便秘也会酿成大祸——中医科专家霍清萍谈老年便  
 秘 老年人便秘不是小事 导致老年人便秘的主要原因 便秘分虚实，选药有讲究 便秘用  
 开塞露的效果为什么越来越差 老人便秘后怎样进行自我保健 相关链接1：四种情况下易发生  
 便秘，请注意预防 相关链接2：便秘常需接受的检查项目及目的 肠镜检查：并非“无痛”就  
 放心——肛肠科专家于恩达谈肠镜 无痛肠镜是技术倒退 为什么说无痛肠镜是技术倒退 肠  
 镜检查可以发现哪些病变 相关链接：肠镜检查前后注意事项 第三部分：老年人的心脑血管问题  
 第四部分：老年人的糖尿病问题 第五部分：老年人的进补问题 第六部分：老年人的常见问  
 题 第七部分：老年人的防癌问题 后记

## <<老年健康问题>>

### 章节摘录

面对老花眼，我们该懂些什么——眼科专家张忆谈老花眼 尹学兵：俗话说：四十四，眼生刺

。40出头的人有时会突然发现，近在眼前的文件、报纸让你犹如“雾里看花”，这就是人们通常所说的老花眼现象吗？

张忆：所谓老花眼是指上了年纪的人，逐渐产生近距离阅读或工作困难的情况。

这是人体机能老化的一种现象。

老花眼发生的年龄因人而异，大部分人在45岁左右开始出现这种现象。

只有极少数的人，在50岁时仍无老花现象，远近视力都很好。

老花眼并不表示你已老了，而是提醒你，年过40了，要注意生理机能已有改变，要特别注意身体的健康了。

老花眼：与其他眼病有何区别 尹学兵：老花眼与其他眼病有何区别呢？

张忆：患有老花眼的人经常以为他们有远视的问题。

事实上，表现虽然相同，但成因不一样，远视的成因是眼睛形状问题，而老花则是晶状体失去弹性。

还要注意区分老花眼和白内障、眼底黄斑病变的区别。

老花眼患者常不由自主地将看物目标远移，以减轻调节负担，消除视力不清和眼睛疲劳，看远物则没有什么变化。

而白内障和眼底黄斑病变的表现是无论看近看远都是一片模糊。

有不少中年人原本视力极佳，但在一场大病之后突然出现老花症状，且病愈后视力无法恢复。

身体虚弱、平时多病的人也比健康人更早出现老花，最早可提前到30多岁。

这和睫状肌的调节力减退有关。

体弱者、重病者全身肌肉调节力都会大幅度下滑，而眼睛十分敏感，睫状肌的轻微变化都会明显表现在视力上。

即使身体好转，老花程度有所减轻，也不可能恢复到原来的状态。

……

## <<老年健康问题>>

### 编辑推荐

患上白内障，何时做手术好？  
为什么说无痛肠镜是技术倒退？  
降压为何必须坚持终身治疗？  
诊治压力性尿失禁需做哪些检查？  
患上脑瘤早期有何征兆？  
老年人体检应该检些什么？

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>