

<<农民日常保健知识问答>>

图书基本信息

书名：<<农民日常保健知识问答>>

13位ISBN编号：9787109161238

10位ISBN编号：7109161234

出版时间：2011-10

出版时间：中国农业出版社

作者：杜桂书

页数：197

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>

## <<农民日常保健知识问答>>

### 内容概要

本丛书紧密联系我国农业，农村形势的新变化，重点围绕发展现代农业和推进社会主义新农村建设，对当前农民和农村干部普遍关注的党的强农惠农政策、农业生产、乡村管理，农民增收和社会保障以及新技术应用等热点难点问题，采用专家与读者面对面交流的形式，理论联系实际，进行深入浅出的回答，观点准确、说理透彻，文字生动、事例鲜活，图文并茂、通俗易懂，具有较强的针对性和说服力。在运作方式上，根据理论联系实际的要求，针对“三农”问题的阶段性特点，分期分批组织实施。丛书突出科学性、针对性、实用性，力求用新技术、新观点、新形式，达到“贴近农业实际、贴近农村生活、贴近农民群众”的要求。

## <<农民日常保健知识问答>>

### 书籍目录

#### 前言

- 1 什么是高血压？
- 2 高血压有哪些表现？
- 3 哪些原因可以引起高血压？
- 4 高血压对人体有什么危害？
- 5 如何检查自己的血压？
- 6 发现自己血压高马上需要吃药吗？
- 7 确诊高血压后应做哪些检查？
- 8 高血压病人如何改变生活方式？
- 9 降压药物有哪几类？
- 10 高血压患者应该如何选择降压药物性治疗？
- 11 什么是高血压病？
- 12 高血压是否需要长期吃降压药物治疗？
- 13 高血压药物治疗后血压控制多少合适？
- 14 高血压患者服药注意什么？
- 15 高血压控制不稳怎么办？
- 16 高血压伴有糖尿病、冠心病等疾病时应该选择哪类降压药物？
- 17 常用降压药物的常见副作用有哪些？
- 18 血压降不下来怎么办？
- 19 为什么有些高血压药物治疗效果不好？
- 20 什么是血脂？

.....

## <<农民日常保健知识问答>>

### 章节摘录

32.胆固醇已经达标，是否可以停药？

高胆固醇的人经过一段时间药物治疗，血脂化验检查，胆固醇接近正常值。

有些人就认为自己血脂正常了，就停止用药。

实际上胆固醇达标仅仅代表控制了目前胆固醇水平，并不意味着高胆固醇的治愈。

如果停止服药，那么血中胆固醇很快会恢复到治疗前水平。

正确的做法是，胆固醇达标后，应该坚持一段时间的药物治疗，继续配合低脂饮食和运动锻炼，并定期检查血胆固醇水平。

33.心脏在人体生命活动中具有什么样的作用？

心脏是一个中空的肌性器官，位于人体胸腔的中部，胸骨后面偏左侧，是循环系统的重要器官。

心脏是保证人体生命活动的重要器官，没有心脏就没有正常人的生命活动。

心脏与遍布全身的血管相连构成人体的循环系统。

心脏的内腔由一个间隔分为左右两个腔室，每个腔室又分为上下两个部分，上面的腔室叫心房，下面的叫心室。

心房负责收集流回心脏的血液，心室将血液射出心脏。

心室的进口和出口都有瓣膜，保证血液单向流动。

因此心脏里面共有四个空腔，左心房、左心室、右心房和右心室。

将血液运回心脏的血管叫做静脉，接受心脏射出来的血液的血管叫做动脉。

静脉与心脏、心脏里面心房与心室之间，心脏与动脉之间都有相应的进口和出口，每个进口和出口都有瓣膜，保证血液只能按照一个方向单向流动。

心脏的主要功能是通过心脏不断地有规律的收缩、舒张运动即心脏的跳动，保证血液在全身所有的微小血管中不断的循环流动，通过血液的流动，把营养物质吸收到血液中，通过血液在全身的循环把营养物质运送给全身的组织，再把组织代谢运动过程中产生的废物吸收到血液里，通过血液循环运送到相应的排泄器官排除体外，从而保证人体生命活动过程中的营养供应和垃圾清除，维持机体自身的稳定。

34.我们能让心脏好好跳动吗？

心脏由心肌组织构成，具有自动的节律性，可以自动的收缩舒张，进行跳动泵血。

负责心脏运动的神经是交感神经和迷走神经，这两种神经不受大脑意识支配。

我们无法通过意识活动让心脏跳动快些或者慢些。

但这并不等于说人的意识活动对心脏没有作用。

在日常生活中，当我们遇到紧张或恐惧的事情时，心脏跳动就会加快，面色就会变白或者变红。

说明精神情绪状态会通过神经系统间接影响心脏的运动。

.....

<<农民日常保健知识问答>>

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>