

<<中老年健康忠告>>

图书基本信息

书名：<<中老年健康忠告>>

13位ISBN编号：9787533527709

10位ISBN编号：7533527704

出版时间：2006-6

出版时间：福建科学技术出版社

作者：黄民杰

页数：267

字数：180000

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>

## <<中老年健康忠告>>

### 内容概要

人体如同一台机器，使用时间久了，难免会出现一些故障。

人过中年，身体的“零配件”总会出现一些小毛病，有时甚至是较大的故障。

如何“维修”日益老化的机体、防治中老年常见病，是每个中老年人最关心的话题。

书中共请了40多位专家，请每位都“谈一种常见病、提几条保健忠告、答一些医学问题”，力求通俗易懂，形象生动，贴近生活。

本书基本上涵盖了中老年人最常见的各种疾病，让每个中老年人都能从此书中找到与自己健康有关的答案，从而增加养生保健、防治疾病的科学知识。

## <<中老年健康忠告>>

### 作者简介

黄民杰，福建省疾病预防控制中心副主任医师、中国科普作家协会会员，福建省科普作家协会理事、医药专业委员会委员。

从事健康教育工作20多年，编著和参编医学书籍10余种，作品曾获“第四届全国优秀科普作品奖二等奖”、“福建省优秀科普作品一等奖”。

## <<中老年健康忠告>>

### 书籍目录

健康宝典 呵护健康，让生命之树常青 养生之道，在乎饮食调理心脑血管疾病 将“无声杀手”拒之门外 呵护您胸中的“生命之泵” 血脂异常，引发心脑血管病的“元凶” 脑血管的“爆裂”和“阻塞” 呼吸系统疾病 隐匿而凶险的老年肺炎 咳嗽、咳痰，要防被“慢阻肺”缠上 打鼾可能成为潜伏在睡眠中的“杀手” 老年朋友，别让肺结核盯上您消化系统疾病 消化性溃疡，“老胃痛”的常见病根 慢性胃炎，“三分治，七分养” 老胃痛，可别拒绝胃镜检查 摆脱痛苦又难堪的便秘烦恼 防治脂肪肝，生活调理是关键 肝硬化，多种慢性肝病的最后结局 胆内“兴风作浪”的“小石头” 中老年朋友，有志莫有“痔” 内分泌与代谢疾病 痛来如风至，病去若抽丝 控制血糖，安享人生 糖尿病患者，请关注您的双足运动系统疾病 “骨刺”——赘生的骨头惹麻烦 请保护好您的颈椎 别把“老寒腿”不当回事 “老骨头”为什么 - 磕碰就碎 摆脱腰椎间盘突出症的困扰 神经系统疾病 五官科疾病 肿瘤科疾病 其他

<<中老年健康忠告>>

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>