

<<高血压-图解最新医学>>

图书基本信息

书名：<<高血压-图解最新医学>>

13位ISBN编号：9787538436181

10位ISBN编号：7538436189

出版时间：2010-2

出版时间：吉林科学技术出版社

作者：（日）新启一郎 主编，刘英华 译

页数：159

字数：100000

译者：刘英华

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-图解最新医学>>

前言

在日本，死亡原因居首位的是癌症，其次是心脏病和脑卒中。心脏病和脑卒中都是由于供养各自脏器的血管发生障碍引发的。这两种疾病的死亡人数加起来约占总死亡人数的29%。心脏病和脑卒中有许多共同的致命原因，其中最主要的原因是高血压。在日本高血压的患者很多，2002年官方统计患高血压的人可达700万，不过没有接受调查的患者远多于这个数字。保守估计，日本高血压患者将有3300万人。多数高血压是由遗传因素和饮食、运动、日常生活等后天因素综合作用引发的原发性高血压。高血压初期除了血压高外并没有什么症状。因此往往会错过了控制血压的关键时期，任其发展便会引发危及生命的合并症。遗传因素引发的高血压是不能靠个人力量改变的，不过后天因素引发的高血压是可以控制的。通过改善饮食、适度运动和解除精神压力等可以预防高血压，延缓患病时间。本书是《简明最新医学 高血压》修订版，在原有基础上又增加了许多新的知识。这本书引用了很多的图表、照片和插图，为了更容易理解，在各知识点下面加了一个“小贴士”来解释说明。另外本书还介绍了很多家庭对策以及如何改善生活细节的方法。希望您阅读本书后，对高血压的预防和治疗、日常生活的改善等方面的知识有一个更新、更全面的了解。

<<高血压-图解最新医学>>

内容概要

本书是“图解最新医学”之一，全书共分2个章节，主要对高血压的相关知识作了介绍，另外，还引用了很多的图表、照片和插图，并在各知识点下面加了一个“小贴士”来解释说明。

还介绍了很多家庭对策以及如何改善生活细节的方法。

具体内容包括高血压的检查和诊断、高血压的种类、高血压并发症、高血压的治疗、高血压的饮食方法等。

该书可供各大专院校作为教材使用，也可供从事相关工作的人员作为参考用书使用。

<<高血压-图解最新医学>>

作者简介

新启一郎，1975年毕业于东京大学医学部。
1975-1977年东京大学附属医院进修后，进入东大医院第二内科工作。
1977-1978年东京警察医院工作。
1978-1982年在东大医院第二内科从事心内科学、特别是高血压等研究。
1982年获得医学博士学位。
1982-1984年赴美国俄亥俄州医科大学留

<<高血压-图解最新医学>>

书籍目录

前言高血压伴有这样的症状脑卒中和心脏病发作时的应急对策PART 1 高血压的基础知识 为什么患有高血压 了解血压 血压升高的原因 血压的标准值： 高血压容易引发严重的脑、心脏、肾脏等血管疾病 不能单靠症状判断高血压 高血压的检查和诊断 检查方式 尿检查 血液检查 眼底检查、心电图检查和胸部X线检查 怀疑是继发性高血压的检查 血压的测量方法 家用血压计的种类 高血压的种类 原发性高血压 肾性高血压和肾血管性高血压 内分泌性高血压 血管疾患引发的高血压 高血压并发症 脑出血 蛛网膜下腔出血 脑梗死 脑动脉粥样硬化症和脑血管性痴呆 心肌肥大、心绞痛和心肌梗死 肾脏疾病和其他动脉疾病 动脉粥样硬化和高脂血症 糖尿病 必须要小心高血压 儿童高血压 女性高血压 老年高血压PART 2 血压不会升高的生活和治疗 高血压的治疗 必要的治疗在哪开始呢 改变生活习惯有助于治疗高血压 改变错误的生活习惯有益于身体健康 高血压的饮食方法 改善高血压的基本饮食疗法 饮食疗法成功的要素 减盐对策1 不知不觉中摄取了增多盐量的食品 减盐对策2 合理减盐的窍门 规定饮食法1 必需能量和食品标准 规定饮食法2 在外吃饭时要注意 有降压效果的食物和食用方法 高血压的运动疗法 适度运动可降低血压 适合高血压病人的运动 根据标准做适合自己的运动 实施运动疗法时必要的注意事项 判断自己是否适合运动疗法 日常生活中要注意 规律生活有助于控制高血压 容易血压上升的性格 工作、上下班中的精神压力消除法 针对寒冷的血压策略 降低血压的睡眠法 降血压的中药 刺激穴位缓和高血压的不适症状

<<高血压-图解最新医学>>

章节摘录

插图：在影响血压的因素中，最重要的是心输出量（心脏1分钟输送的血液量）和与血流方向相反的末梢血管的阻力。

心输出量增加，心脏必需用很强的力输送血液。

这样就增大了对血管的压力。

与血流方向相反的血管阻力增大时，输送血液多余的力变成必要力。

这也是血压升高的原因。

那么影响血管阻力的是什么呢？

最重要的是血管的弹性和血管内腔的狭窄。

也就是说，血管没有弹性或者血管内腔变窄，血压就会升高。

对血压上升影响最大的是毛细血管中末梢血管的阻力。

当然，大动脉失去弹性或者管腔变窄，对血压升高也有影响。

除此之外，血液的黏度和循环血液量的增加，也与血压上升有关。

像内脏和血管等一样，不需要你的提醒自然发挥作用的调节神经称为自主神经。

自主神经分为交感神经和副交感神经两种，它们具有相反的作用。

例如，交感神经兴奋时心跳加快，血管收缩；副交感神经兴奋时心跳减慢，血管扩张。

自主神经是容易受压力影响的敏感神经。

因此压力大，血压调节的平衡就会破坏，会引发血流不畅、肩膀酸痛、腹泻以及便秘等各种症状。

<<高血压-图解最新医学>>

编辑推荐

《高血压》：高血压六大危险信号：头疼、眩晕、耳鸣、心悸气短、失眠、肢体麻木高血压病人应注意的饮食习惯：限制脂肪的摄入、限制盐的摄入量最新的高血压治疗方法最通俗的家庭医疗百科最权威的专家推荐

<<高血压-图解最新医学>>

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>