

<<高血压用药与配餐>>

图书基本信息

书名：<<高血压用药与配餐>>

13位ISBN编号：9787538438666

10位ISBN编号：7538438661

出版时间：2008-7

出版时间：陈桂芬 吉林科学技术出版社 (2008-07出版)

作者：陈桂芬 编

页数：163

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>

<<高血压用药与配餐>>

前言

高血压是最常见的慢性病，是全球的公共卫生问题，在我国尤为突出，其并发的心脑血管疾病具有“三高”特点，即“高发病率、高死亡率、高致残率”，给个人、家庭和社会带来沉重的负担，是危害民众生命健康的“第一杀手”。

2002年全国居民营养与健康调查指出：我国成人高血压患病率达18.8%，与1991年相比，患病率增长31%，估计全国有高血压患者1.6亿，成人中每5人就有1个人是高血压者。

我国近十多年来高血压患病率之所以猛增，主要是由于社会经济的迅速发展，导致人们的不良生活方式日益加重；正因为如此，必须引起重视。

高血压是可以预防 and 控制的，若认识到位，措施得当，不但可以有效降低血压水平，而且可减少心脑血管疾病的发病风险，从而有效保护群众的健康，促进社会和谐发展。

我国将每年的10月8日定为“全国高血压日”，世界高血压联盟将每年的5月17日定为“世界高血压日”。

届时广泛开展高血压防治的宣传活动。

为了普及人们高血压防治知识，减少由此带来的危害和痛苦，我们编写了《高血压用药与配餐》，本书集科学性、实用性于一体，主要针对高血压患者普遍关注的一些热点问题，深入浅出、通俗易懂地介绍了有关高血压的一般知识、预防措施、常用药物及合理用药、科学配餐等常识，并推荐了一些可辅助降压的四季食谱和降压药膳等。

需要注意的是，由于高血压患者病情不同及个体差异，书中介绍的有关知识仅供高血压患者日常用药和饮食借鉴参考，读者在阅读本书的同时，还应进一步接受临床医生的治疗和指导。

希望本书能够成为高血压患者的良师益友。

期待本书能给高血压患者带来健康和愉悦。

<<高血压用药与配餐>>

内容概要

我国约有1.6亿高血压病人，很多人患了高血压以后，却因为没有症状而尚未察觉，还有很多人因症状不明显而疏忽治疗或置之不理但其对于人体生命的威胁和损害却无时不在，故被称为悄然而至的“无形杀手”。

高血压需要长期耐心的药物治疗，饮食控制和食物疗法的效果有时并不亚于降压药物。

高血压病已经成为危害我国乃至人类最大的疾病，具有“高发病率、高死亡率、高致残率”的“三高”特点。

高血压病该如何防治？

本书集科学性、实用性于一体，针对高血压病患者普遍关注的一些热点问题，介绍了什么是高血压病，高血压病的发生、发现和预防。

还介绍了高血压病的用药常识以及高血压病患者的配餐常识，并推荐了一些可辅助降压的四季食谱和降压药膳等。

高血压病患者可根据病情不同及个体差异，有选择地借鉴参考书中的有关知识。

<<高血压用药与配餐>>

作者简介

陈桂芬 1983年毕业于白求恩医科大学医疗专业，一直从事循环内科工作，对心内科的各种疾病刻苦钻研，动态观察各种疾病的国内外新进展。

现任吉林省人民医院主任医师、教授，循环一疗区主任，吉林省医学会心血管病学专科分会委员。

曾在北京中国协和医科大学阜外心血管病医院专修。

先后撰写多篇论文。

在国家级及省级书刊上发表，如：“非洛地平与依那普利对原发性高血压患者血压及肾功能的影响”；“急性心肌梗死前的责任血管狭窄程度分析”；“射频消融治疗室上性心动过速疗效及安全性分析”。

论著有《医学百科大事典》等。

擅长心内科各种疾病的诊治，如高血压、心脏病、心力衰竭、心律失常、高脂血症等。

<<高血压用药与配餐>>

书籍目录

高度重视高血压病什么是高血压病高血压病是如何发生的高血压病的危害高血压病患者如何自测血压
高血压病的预防高血压病的用药常识高血压病患者须在专科医生指导下用药高血压病的治疗方案抗高
血压药种类及作用原理需要了解的降压新药如何选择有降压作用的中药单方如何选择有降压作用的中
药复方如何把握降压药的用药时间如何控制血压的波动性如何更换降压药降压药联合应用的选药原则
与禁忌降压中药的配伍宜忌降压中西药的配伍宜忌如何减轻降压药的不良反应服用降压药应注意的问
题降压药对病人的营养状态有哪些影响高血压病的常用药物西药利尿降压药 受体阻滞药钙拮抗药血
管紧张素转换酶抑制剂血管紧张素受体阻滞剂 受体阻滞药复方降压药中成药中药单方中药复方常见
高血压病的推荐用药轻度高血压病用药中度高血压病用药重度高血压病用药单纯收缩期高血压病用药
高血压病脉压差增大的用药“顽固性”高血压病用药高血压病血压骤升时用药高血压病胸闷时用药高
血压病出现活动障碍时用药高血压急症常用口服短效降压药妊娠期高血压用药老年高血压病用药高血
压病并发冠心病用药高血压病并发糖尿病用药高血压病并发高脂血症用药各类主要降压药选用参考高
血压病的配餐常识高血压病患者的膳食指南高血压病患者的营养需求如何制订降压配餐方案如何计算
配餐的营养素含量高血压病的膳食如何进行合理烹调具有降压作用的食物有哪些高血压病患者需要忌
口吗不同证型高血压病配餐各有其特殊性降压食物搭配的慎食与忌食食物与降压中药的配伍禁忌降压
食物与西药的配伍禁忌如何配餐能减轻降压药的不良反应高血压的合理配餐高血压病的常规配餐降压
配餐春季配餐夏季配餐秋季配餐冬季配餐根据高血压病情调整患者的1日配餐重症高血压病1日食谱轻
症高血压病1日食谱根据体质调整高血压病患者的1日配餐肥胖型高血压病1日食谱体重正常高血压病1
日食谱高血压病的食疗膳降压药膳肝阳上亢型药膳肝肾阴虚型药膳阴阳两虚型药膳痰湿壅盛型药膳高
血压病并发冠心病药膳高血压病并发高脂血症药膳高血压病并发肥胖症药膳高血压病并发糖尿病药膳
降压药茶

<<高血压用药与配餐>>

章节摘录

食物是高血压人康复保健的物质基础，重视高血压人的饮食，提供合理充足的营养，在高血压的防治中具有重大意义。

大量流行病学研究资料证明，许多营养因素如热能、脂肪、胆固醇、蛋白质、钠、钾、锌、维生素及食物中的某些其他成分，同高血压的发病有关，并对高血压的防治具有积极意义。

因此，在高血压的防治中，饮食控制和食物疗法也是抗高血压的重要辅助疗法，其效果有时并不亚于降压药物。

通过膳食调节控制血压，能显著降低脑血管意外和冠心病的死亡率。

1. 少量多餐高血压人应以易于消化和清淡的食物为主，且以早、中餐为主，每餐八分饱即可。

避免晚餐过饱。

饱餐后可使高血压人的血管舒张调节功能降低，引起血压显著波动。

2-控制热能和体重肥胖是高血压的危险因素之一，而肥胖的主要原因是体内摄入热能过多造成的。体内多余的热量能转化为脂肪贮存于皮下及身体各组织中，从而导致肥胖。

有人观察：超过正常体重25千克的肥胖者，其收缩压可高于正常人1.3kPa(10mmHg)，舒张压高0.9kPa(7mmHg)。

因此，高血压人应当控制热能摄入，保持体重在标准体重范围内，肥胖者应节食减肥。

高血压患者每13每千克体重摄入的热量以126-167千焦(30~40千卡)较合适，肥胖者可适当减少热量。

控制热能须控制主食及脂肪摄入量。

日常生活中，尽量少用或不用糖果、点心、饼干、甜饮料、油炸食品等高热能食品。

<<高血压用药与配餐>>

后记

《用药配餐系列》自2006年1月出版后，一版再版，受到读者的厚爱。

作为这套书的责任编辑，我感到十分欣慰。

随着时间的流逝，药物和用药方案等也在发生着变化，为满足读者的需求，我们把书中内容重新做了调整，深入到前沿，与时代同行，将版本进行了修订，改为精华版，使之既严谨又轻松，更为适合读者的阅读口味。

《用药配餐系列》的12种图书针对12大疾病，冠心病、高血压、高脂血症、糖尿病、痛风、肾病、胃肠病、肝胆病、癌症、抑郁症、脑梗塞、哮喘病都是当今的常见病，与饮食、营养关系密切，或影响到饮食、营养。

这套系列书与以往偏重于诊断和治疗图书的不同之处在于，它从用药和配餐为切入点，相关知识渐次展开，内容更为贴近大众，更为实用。

用药如用兵。

诊断明确之后，用药是否准确，关系到治疗的成败。

书中围绕疾病，讲述用药常识，系统地向读者展示了西药、中成药、中药单方、中药复方，介绍这些药物的作用机制、临床应用、用法用量，以及读者关注的不良反应，注意事项等，介绍近年来临床发展起来的新药品种，介绍药物之间的相互作用，这些知识有助于读者提高用药的科学性和合理性。

民以食为天。

疾病得以控制，营养不容忽视。

在患病过程中，患者的消化功能受到影响，营养素的摄入利用受到干扰。

配餐就是根据病情的不同给予多样化、富有营养、合理烹调的平衡饮食。

书中围绕疾病，讲述配餐常识，一一介绍季节配餐、每周配餐、每日配餐、替换食谱、食疗食谱，介绍适合疾病治疗的食物，介绍食物之间、食物与药物之间的相互作用，使配餐起到辅助治疗、增强体力，减轻靶器官负担的作用。

《用药配餐系列》的作者队伍，有几十年临床工作经验的主任医师，有年富力强，获得博士学位的后起之秀。

由于这套书涉及到临床、西药、中药、营养、食疗、厨艺等内容，专业性强、知识面宽、信息量大，因此聘请了一些相关专业的资深专家学者审定书稿，确保书的内容准确，质量上乘。

《用药配餐系列》的出版，最大受益者是普通百姓，通过阅读，他们可以对所患疾病有一个全面了解，对用药和配餐有一个全新认识，以便更好地接受和配合治疗。

此外，对于临床医生、临床药师、临床营养师、临床护士、基层全科医生，都有参考价值。

我将一如既往，热切地期待着读者的反应！

<<高血压用药与配餐>>

编辑推荐

《高血压用药与配餐》(精华版)作者陈桂芬 1983年毕业于白求恩医科大学医疗专业，一直从事循环内科工作，对心内科的各种疾病刻苦钻研，动态观察各种疾病的国内外新进展。

现任吉林省人民医院主任医师、教授，循环一疗区主任，吉林省医学会心血管病学专科分会委员。

曾在北京中国协和医科大学阜外心血管病医院专修。

先后撰写多篇论文。

在国家级及省级书刊上发表，如：“非洛地平与依那普利对原发性高血压患者血压及肾功能的影响”；“急性心肌梗死前的责任血管狭窄程度分析”；“射频消融治疗室上性心动过速疗效及安全性分析”。

论著有《医学百科大事典》等。

擅长心内科各种疾病的诊治，如高血压、心脏病、心力衰竭、心律失常、高脂血症等。

<<高血压用药与配餐>>

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>