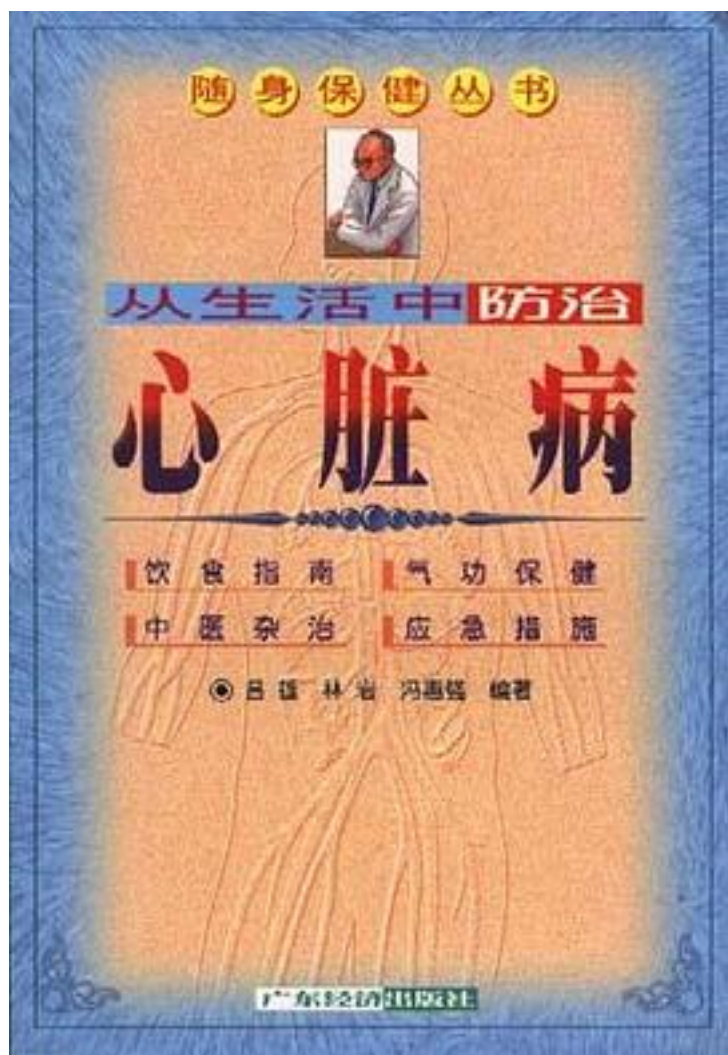


# 从生活中防治心脏病



[从生活中防治心脏病\\_下载链接1](#)

著者:吕雄

出版者:广东经济出版社

出版时间:1998-09

装帧:平装

isbn:9787806323335

作者介绍:

目录: 目录

第一章 心脏病的概念

第一节 心脏病概述

第二节 常见的心脏病

一、冠心病

二 高心病

三 风心病

四 肺心病

五 心肌炎

六 心肌病

七 心律失常

八 心功能不全

九 休克

十 心脏神经官能症

十一、心内膜炎

十二、先心病

第三节 中医对心脏病的认识

一、“心”的生理功能

二、“心”的病理特点

第四节 社会防治与心脏病

一 心脏病对人类的危害

二 建立社会防治网

三 具体防治措施

第二章 各种心脏病的表现

第一节 心脏病的常见症状

一 心跳

二、胸闷或心前区疼痛

三 昏厥（晕厥）

四 气促或呼吸困难

五、浮肿

第二节 冠心病的表现

一 隐性冠心病

二 心绞痛

三 心肌梗塞

四 缺血性心肌病

五 猝死

六、预测冠心病危险的方法

第三节 高心病的表现

第四节 风心病的表现

第五节 肺心病的表现

一 症状

二 诊断

三、预后

第六节 心力衰竭的表现

一、急性心功能不全

二、慢性心功能不全

第七节 心律失常的表现

一 心悸

二 脉搏失常

三、伴随症状

## 第八节 心肌炎的表现

- 一 先兆
- 二 症状
- 三、诊断
- 四、预后

## 第九节 心肌病的表现

- 一 症状
- 二、诊断
- 三、预后

## 第十节 心脏神经官能症的表现

- 一 先兆
- 二、症状
- 三、诊断
- 四 预后

## 第三章 常见病与心脏病

### 第一节 糖尿病与心脏病

- 一 糖尿病与冠心病的关系
- 二、糖尿病的日常防治原则

### 第二节 高脂血症与心脏病

- 一、高脂血症与冠心病的关系
- 二、血脂（脂蛋白）的意义
- 三、影响血浆脂质和脂蛋白含量变化的因素
- 四、高脂蛋白血症分型及饮食治疗简表

### 第三节 高血压病与心脏病

- 一、高血压与高心病和冠心病的关系
- 二、影响高血压变化的因素
- 三、高血压病的防治
- 四、高血压的标准

### 第四节 肥胖症、超重与心脏病

- 一 肥胖与心脏病的关系
- 二、肥胖症的表现
- 三 影响肥胖的因素
- 四、计算肥胖的方法与标准

### 第五节 急性脑血管病（中风）与心脏病

- 一、急性脑血管病概述
- 二、急性脑血管病的表现
- 三、急性脑血管病与心脏病的关系

### 第六节 感冒与心脏病

- 一、感冒与心脏病
- 二、感冒引起心肌炎的表现

### 第七节 风湿热与心脏病

- 一、风湿热与心脏病
- 二、急性风湿热的表现
- 三、急性风湿热与心脏病的关系

### 第八节 感染性疾病与心脏病

## 第四章 心脏病应急措施

### 第一节 采取应急措施的意义

### 第二节 猝死的急救

- 一、气道通畅
- 二 人工呼吸
- 三、恢复循环

### 第三节 急性心肌梗塞的急救

- 一 发病情况
- 二 如何发现急性心肌梗塞

- 三、抢救措施
- 第四节 心绞痛的急救
- 第五节 心律失常的急救
- 第六节 急性左心衰的急救
- 第七节 休克的急救
- 第五章 精神行为与心脏病
- 第一节 精神和行为与心脏病
- 第二节 情绪对心脏病的影响
  - 一、情绪对心脏的影响
  - 二、精神行为与心脏病的表现
- 第三节 利用情绪，缓解病情
  - 一、了解自己 改变自己
  - 二、宣泄情绪，缓解压力
- 三 学点中医 平衡阴阳
- 第六章 性与心脏病
- 第一节 性别年龄与心脏病
- 第二节 生育遗传与心脏病
- 第三节 性活动与心脏病
  - 一 性欲与心脏功能
  - 二 性活动对心血管的影响
  - 三 性活动与心脏病
- 第四节 性保健与 养生
  - 一、行房有度，延年益寿
  - 二 合房有术，强身健体
  - 三 入房有禁 祛病防变
- 第七章 环境 与心 脏 病
- 第一节 噪声与心脏病
  - 一、什么是噪声及噪声的来源
  - 二、噪声对健康的影响
  - 三、减少噪声，以利健康
- 第二节 微量元素与心脏病
  - 一、微量元素与健康
  - 二、微量元素的来源与不足
  - 三、微量元素与心脏病
- 第三节 气象与心脏病
  - 一 气象的概念
  - 二 气候对人体的影响
  - 三、气象与心脏病
- 第四节 一氧化碳与心脏病
  - 一 一氧化碳对人体的影响
  - 二 环境中的一氧化碳及来源
  - 三 一氧化碳对心血管的作用
- 第八章 烟、酒与心脏病
- 第一节 吸烟的危害性
- 第二节 吸烟对心血管的影响
  - 一 一氧化碳（CO）的有害作用
  - 二 吸烟对血小板的影响
  - 三 吸烟对脂蛋白的影响
- 四、吸烟对血压的影响
- 第三节 吸烟与心脏病
  - 一、吸烟与动脉硬化
  - 二 吸烟与冠心病
  - 三 吸烟与心绞痛
- 四、吸烟与心肌梗塞

## 五、吸烟与猝死

### 第四节 饮酒与心脏病

#### 一 饮酒对心脏病的影响

#### 二 饮用保健酒，预防心脏病

#### 三 饮酒与性机能 心脏病

## 第九章 运动与心脏病

### 第一节 运动的好处

### 第二节 运动的选择

#### 一 适应症

#### 二、禁忌症

### 第三节 运动的方式和强度

#### 一 运动方式

#### 二 运动强度

#### 三 运动时间及次数

## 第十章 饮食营养与心脏病

### 第一节 营养物质与心脏病

#### 一、胆固醇和脂肪酸

#### 二 盐类

#### 三、矿物质

#### 四 氨基酸

#### 五、碳水化合物

### 第二节 饮食习惯与心脏病

#### 一 宜淡不宜咸

#### 二 宜鲜不宜腌

#### 三 宜少不宜多

#### 四、宜温不宜凉

#### 五、宜杂不宜偏

### 第三节 药膳与心脏病

#### 一、有益食品

#### 二、食谱

#### 三 简便方

## 第十一章 气功保健与心脏病

### 第一节 气功保健简介

### 第二节 冠心病的气功防治

#### 一、第一式（主功）大雁发起落

#### 二、第二式（六字功）前后展翅

#### 三、第三式（六字功）抱颈颠顶

#### 四、第四式（六字功）托天降地

#### 五、第五式（六字诀）大雁拍水

#### 六、第六式（六字功）左顾右盼

#### 七 第七式（六字功）左右看足

#### 八、练功要领

### 第三节 功法选练

#### 一、放松功

#### 二、内养功

#### 三、周天功

#### 四通任督导引功

#### 五、八段锦

#### 六 六字诀

#### 七 五行掌

## 第十二章 中医杂治与心脏病

### 第一节 冠心病

#### 一、药方简治

#### 二 食方简治

三 按摩康复  
四 药熨疗法  
五、脐敷疗法  
六、气功体疗  
第二节 高心病  
第三节 风心病  
一、药方简治  
二 食方简治  
三 针灸疗法  
四、按摩疗法  
第四节 肺心病  
一、药方简治  
二 食方简治  
三 针灸疗法  
四、按摩疗法  
第五节 充血性心力衰竭  
一、药方简治  
二 食方简治  
三、针灸治疗  
四、气功体疗  
第六节 心律失常  
一、药方简治  
二、食方简治  
三、自助按摩  
四 耳穴治疗  
五 针灸治疗  
六、心理治疗  
第七节 心肌炎  
一、药方简治  
二、食方简治  
第八节 心肌病  
第九节 心脏神经官能症  
一、药方简治  
二 食方简治  
三 心理治疗  
四、对症治疗  
第十节 心电图、生化检查异常的辅助治疗  
一、心肌缺血（心肌劳损 心肌劳累）  
二、窦性心动过速  
三 窦性心动过缓  
四 过早搏动  
五 传导阻滞  
六 血脂异常  
七 心三酶异常  
附录  
附表一 我国正常男人的身高与体重表  
附表二 食物成分表  
附图1 耳部穴位图  
附图2 全身经络穴位图（正面）  
附图3 全身经络穴位图（背面）  
附图4 全身经络穴位图（侧面）  
• • • • • [\(收起\)](#)

[从生活中防治心脏病\\_下载链接1](#)

标签

评论

-----  
[从生活中防治心脏病\\_下载链接1](#)

书评

-----  
[从生活中防治心脏病\\_下载链接1](#)