

营养防治高血压



[营养防治高血压_下载链接1](#)

著者:马文君

出版者:广东人民出版社

出版时间:2005-5

装帧:简装本

isbn:9787218049175

高血压病是常见病，多发病，且常有诸多并发症。随着人们物质生活水平的提高和生活习惯的不断改变，高血压患病率上升迅速，目前我国高血压病患者已逾亿人，而且每年约有350万新患者加入这个行列，高血压及其心脑血管合并症乃是当前危害我国人民健康的最重要疾病。由于我国高血压的流行现状与发展趋势形成巨大反差，因此要重视高血压的防治，坚持“预防为主，防治结合”的原则。大量的医学研究资料表明，高血压的发生、发展与饮食有密切关系，也与遗传、肥胖、吸烟、饮酒、缺乏运动、长期精神紧张等因素有关，发达国家针对这些因素，开展大规模的防治活动，已收到了良好效果，值得借鉴。

本书介绍了高血压病及其合并症的基本知识、饮食治疗方法、饮食禁忌、食物选择、预防保健及高血压的食疗验方等，衷心希望本书能成为高血压病教育的一块引玉之石，铺路之砖，播散关爱，收获健康，愿所有高血压病患者都能享受美好生活。

作者介绍:

目录:

[营养防治高血压_下载链接1](#)

标签

评论

[营养防治高血压_下载链接1](#)

书评

[营养防治高血压_下载链接1](#)