

高血压.高血脂保健家常食典



[高血压.高血脂保健家常食典 下载链接1](#)

著者:吕利 编

出版者:

出版时间:2007-10

装帧:

isbn:9787538435412

近年来，随着人们生活水平的提高以及生活节奏的加快，高血压、高血脂和高血糖的发病率亦逐年升高，严重危害了人们的身心健康。据有关部门统计，我国成年高血压患病

率为18.8%，成年高血脂患病率为18.6，成年高血糖患病率为4.6%。有关专家指出，在未来20年内，我国将面临“三高”病症较大规模的爆发。

另外，据世界卫生组织调查表明，心血管疾病是影响人类死亡的头号杀手，约占总死亡人数的29.2%，而导致心血管疾病的主要因素就是高血压、高血脂和高血糖。因此，很多人谈起“三高”而色变，不但要随身体的痛苦，而且要承受巨大的心理压力。

其实，“三高”病症虽然难缠，但并不是不可防治，只要正确认识和了解“三高”，采取科学的疗法和正确的调养，“三高”病症一定会得到合理的控制或减缓。

作者介绍：

目录：

[高血压.高血脂保健家常食典 下载链接1](#)

标签

高血脂保健

高血压

家常食典

吕利

评论

[高血压.高血脂保健家常食典 下载链接1](#)

书评

[高血压.高血脂保健家常食典 下载链接1](#)