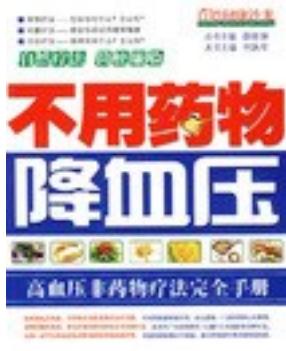


不用药物降血压



[不用药物降血压 下载链接1](#)

著者:何跃华

出版者:北京出版社

出版时间:2008-6

装帧:平装

isbn:9787200072327

钙拮抗剂——可导致头痛、眩晕、水肿、心悸、低血压、呼吸困难、皮肤过敏、胃肠不适。

利尿降压药——可导致恶心、眩晕，损害肝、肾，影响消化功能。

β受体阻滞剂——可导致乏力、昏睡、心动过慢、气管痉挛，加重心衰。

血管紧张素转换酶抑制剂——可导致头痛、心悸、恶心、呕吐、便秘、水肿等症状。

虽然降压药物有这么多的副作用，但是我们不能说，药物有副作用我们就不用它。值得庆幸的是，我们还有行之有效的非药物疗法。这些方法简单易行。经过长期的临床验证，对于轻度的高血压患者可以作为首选的治疗方法。对于较为严重的高血压患者，在应用药物治疗的基础上。非药物治疗可以起到很好的辅助治疗作用，并能减少降压药物的用置，最大限度地减少药物毒副作用对身体造成的损害。

食物疗法——告诉你吃什么？怎么吃？

药膳疗法——教会你辩证用膳保健健康

运动疗法——指导你练什么？怎么练？

自然疗法，简便廉验；

轻症高血压患者，非药物疗法是首选的治疗方案，任何药物都有副作用，这也是每一个患者都担心的事情。病情较重患者，建议在服药的同时配合非药物疗法。《百姓健康沙龙-不用药物降血压》为广大读者提供了大量行之有效的非药物疗法，这样可以有效避免或降低药物带来的副作用。希望读者能够从中受益，减少药物副作用对身体的伤害。

专家推荐《百姓健康沙龙-不用药物降血压》的5大理由：

理由1

《百姓健康沙龙-不用药物降血压》集饮食、药膳、推拿按摩、心理调节等方法于一身，是一本真正的非药物通便完全手册。

理由2

《百姓健康沙龙-不用药物降血压》严格按照中医辨证论治的规律撰写，完全避免一方一病的错误指导。

理由3

《百姓健康沙龙-不用药物降血压》证型分类明确，读者可“按图索骥”，根据自身症状轻松检索到最适合自己的方法。

理由4

《百姓健康沙龙-不用药物降血压》中提到的方法均来自临床实践和专家经验，实践证明，切实有效。

理由5

《百姓健康沙龙-不用药物降血压》所有方法均能自我实现，不需要别人辅助或者借用复杂的仪器设备。

《百姓健康沙龙-不用药物降血压》所说的不用药物治便秘，是指除了目前临床应用较多的现代化学合成药物和中成药治疗的非药物疗法，而不是提倡便秘患者不采用药物进行治疗。我们建议广大读者在接受医院正规治疗的同时，能够选择应用一些非药物疗法，这样可以有效避免药物带来的副作用，增加疗效，促进康复。

作者介绍:

目录:

[不用药物降血压 下载链接1](#)

标签

高血压

治疗高血压的方法

方法

评论

[不用药物降血压 下载链接1](#)

书评

[不用药物降血压 下载链接1](#)