

# 《银发族健康百科-自我诊疗1000问》

## 图书基本信息

书名：《银发族健康百科-自我诊疗1000问(4):手胸部:手.乳.心胸》

13位ISBN编号：9787501523269

10位ISBN编号：7501523266

出版时间：1999-09

出版社：知识出版社

作者：田明

页数：236

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

# 《银发族健康百科-自我诊疗1000问》

## 内容概要

## 书籍目录

总目录

《头颈部》

第一册：头发、五官

第二册：头、额、脸、颈

第三册：脑血管、神经

《手胸部》

第四册：手、乳、心胸

第五册：喉、肺、食道

《腹腔部》

第六册：胃、肠、肾、膀胱

第七册：肝、胆、胰、糖尿

《臀阴腰腿部》

第八册：臀、阴、腰、腿

目录

出版缘起

健康最富

一本献给父母、送给自己的无

价宝典

代序

为银发族健康加油

作者序

掌握自己的健康

献给所有关心父母健康的朋友

肩周炎

中老年人肩膀疼痛、扭转不利是什么毛病？

肩痛或肩关节僵硬就是肩周炎吗？

如何自我诊断？

现代医学如何治疗肩周炎？

传统医学治疗肩周炎效果好吗？

为什么中西医结合治疗肩周炎效果最好？

如何运用自然疗法外治肩周炎？

如何在家中进行肩周炎手法复健？

肩周炎患者可在家中进行哪些医疗体操？

肩周炎患者在家中可自行哪些体育疗法？

自我功能锻炼应注意哪些要点？

肩周炎患者可选用哪些药膳？

肩周炎如何辨证食治？

如何预防肩周炎？既得肩周炎后如何养护？

关节炎

手或脚关节疼痛 僵硬常是什么毛病？

关节痛就是关节炎或关节长骨刺吗？

四肢的关节炎有哪些症状？现代医

学如何治疗？

如何以简易外治法自疗关节炎？

关节炎患者可服哪些药膳？

关节炎患者应注意哪些养护之道？

骨折

为什么老年人易骨折？发生骨折时

亲友怎么办？

现代医学治疗骨折方法有何利弊？

或恶性？

乳癌常见哪些症状？这些症状有什么特点？

为什么要特别重视乳头溢液和腋淋巴结肿大？

诱发乳癌的个人危险因素有哪些？

诱发乳癌的环境危险因素有哪些？

与乳癌发病有关的饮食因素有哪些？

男性乳癌有何特点？疗效好吗？

为什么男性也会罹患乳癌？

哪些妇女属于乳癌高风险群？

如何自我检查乳房？

发现乳房肿块，应注意哪些情况？

医生视诊触诊乳房时会有哪些动作？

如何预防乳癌？

冠心病

胸痛要不要紧？

哪些人易患心脏病？心脏病有哪些常见症？

为什么中老年人胸痛应怀疑是冠心病？

为什么中老年人应特别当心无症状性冠心病？

得了冠心病该怎么办？

哪些人易患冠心病？

哪些情况可诱发冠心病？

为什么冠心病病人要特别警惕精神因素？

冠心病病人是否适合体育锻炼？

冠心病病人可选练哪些运动项目？

冠心病病人在从事体育锻炼时必须注意哪些事项？

冠心病病人运动或沐浴时需注意什么？

冠心病病人如何应用温灸法自疗？

冠心病病人在饮食调理和结构上应注意哪些地方？

哪些食物适合冠心病病人服食？

冠心病病人不宜进用哪些饮食？

冠心病病人究竟可不可以吃蛋？

香烟、酒类、咖啡 茶叶对冠心病有何利弊？

哪些药膳适合冠心病病人平时食疗之思？

冠心病发作期如何辨证食治？

冠心病患者平常如何辨证食治？

冠心病病人在生活中必须注意哪十大养生之道？

为什么冠心病病人必须遵行十大戒律？

冠心病病人能出国观光旅游吗？

为什么必须重视冠心病预防工作？

如何预防冠心病的发生和发展？

什么是预防冠心病的五多五少？

心绞痛

典型心绞痛有哪些症状？

如何自我判断是否心绞痛？

非典型心绞痛有哪些表现？

什么是稳定型心绞痛？

什么是不稳定型心绞痛？

心绞痛发作时该怎么办？

现代医学如何治疗心绞痛？

传统医学如何治疗心绞痛？

中西速效止痛药物有何优缺点？

为什么中西医结合治疗心绞痛效果最好？

中西医如何结合治疗心绞痛？

针灸治疗心绞痛效果好吗？

如何按压至阳穴快速缓解心绞痛？

如何运用敷贴疗法治疗心绞痛？

如何以吹鼻、嗅吸、耳压法治疗心些养生之道？

心肌梗塞患者如何食疗？

心肌梗塞后还能有正常的性生活吗？

如何预防心肌梗塞患者在恢复期发生猝死？

如何防止心肌梗塞再发？

如何预防心肌梗塞发生？

高脂血症

血脂过高要不要紧？

什么是高密度脂蛋白、低密度脂蛋白？

胆固醇对人体有百害而无一利吗？

血胆固醇越低，表示身体越健康吗？

现代医学如何治疗高脂血症？

传统医学如何治疗高脂血症？

运用针灸、气功降低血脂效果好吗？

如何选用安全有效的降脂单验方？

高脂血症饮食大法为何？

如何在饮食上防治高脂血症？

中老年人每天吃一两个鸡蛋可以吗？

高脂血症患者如何面对含胆固醇的饮食？

哪些食物具有降脂作用？

如何制备降脂药粥？

高脂血症病人可选服哪些药膳？

高脂血症患者应该注意哪些养生之道？

肺源性心脏病

为什么慢性阻塞性肺病会形成肺心病？

肺心病有哪些症状？老年患者的临床表现有何特点？

肺心病急性发作时西医会采取哪些治疗措施？

为什么肺心病缓解期以中医疗法较好？

中西医结合治疗肺心病有何优点？

肺心病可有服用方便、效果又好的单验方？

肺心病患者可选择哪些简易外治法？

肺心病有何饮食宜忌？如何食疗？

肺心病病人应如何调养？

如何预防肺心病发生或急发？

# 《银发族健康百科-自我诊疗1000问》

## 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:[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)