

# 高血脂吃喝调养有妙招

## 书籍信息

书名：高血脂吃喝调养有妙招

ISBN：9787537544047

作者：田建华//林敬

出版社：河北科学技术出版社

出版时间：2011-6

页数：275

丛书：

TAG：[中医临床基础](#) / [中医诊断学](#) / [针灸推拿学](#)

豆瓣评分：0

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。

信息来源：[高血脂吃喝调养有妙招 2024 电子书 pdf word epub 下载-启墨书坊](#)

# 高血脂吃喝调养有妙招

## 内容概要

为了帮助高血脂患者走出吃喝调养的误区，我们聘请田建华、林敬精心编写了这本《高血脂吃喝调养有妙招》。本书在针对常见的高血脂进行介绍的基础上，将高血脂的并发症，如：高血脂并发糖尿病、高血脂并发高血压、高血脂并发肥胖症、高血脂并发肾病综合征、高血脂并发冠心病，从中药、西药、配餐以及运动、健康生活等角度进行了富有针对性地说明。

不仅如此，《高血脂吃喝调养有妙招》从细节入手，比如针对每一种病种，就用药而言，不仅对药本身进行性味、适应证等说明，在用药的剂量、用药的次数以及饭前还是饭后服药都做了详细说明。本书本着科学的态度，本着对患者负责的态度，在用药上不避重就轻，因此，本书更为客观地将用药中可能存在的注意事项、宜忌、不良反应等也做了尽可能地说明，让患者在对用药进行选择的时候，有了更多的了解，减少了一些潜在的安全隐患。

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。

信息来源：[高血脂吃喝调养有妙招 2024 电子书 pdf word epub 下载-启墨书坊](#)

# 高血脂吃喝调养有妙招

## 作者介绍

田建华，主任医师。1961年6月出生，1983年大学本科毕业，现就职于河南省安阳市人民医院(中心医院、新乡医学院附属医院)，任中医科主任、副教授。任中华医学会河南省康复医学专业委员会委员、中国中医药学会河南省心血管疾病专业委员会委员、安阳市糖尿病和内分泌专业委员会副主任委员、《中华中医药杂志》编委、安阳市第十届政协委员。

田建华从事中医内科工作近30年，积累了丰富的临床经验。擅长中西医结合诊疗，以及中医食疗和现代营养学方法，综合治疗疑难杂症。对于糖尿病、高血压和心脑血管疾病的临床治疗、预防及康复有深入研究和独到见解。其采用现代天然食物成分分离整合方法，独创并获国家发明专利的“糖尿病和高血脂专用面粉”项目，以其方便的配餐方法、稳定的热能结构，有效解决了长期以来一直困扰该病临床治疗的热能摄入不准，质量控制和管理困难，不易与降糖类药物配合等瓶颈问题，填补了我国糖尿病食品发展的该项空白。曾发表医学论文40余篇，出版医学专著9部。获河南省卫生厅科技成果奖1项、安阳市科技成果奖3项、国家发明专利1项。

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。

信息来源：[高血脂吃喝调养有妙招 2024 电子书 pdf word epub 下载-启墨书坊](#)

# 高血脂吃喝调养有妙招

## 出版社简介

类型：河北省新闻出版局直属的出版社

成立时间：1984年8月18日

出版社特色：

简介：

河北科学技术出版社成立于1984年8月18日，主要出版理、工、农、医、科普、生活类图书。河北科学技术出版社重组改制后，隶属于河北出版传媒集团。

主要业务

河北科学技术出版社主要出版理、工、农、医、科普、生活类图书。河北科学技术出版社有近百种图书销往境外，并先后与美国、加拿大、日本、韩国、德国、新加坡等国家及中国香港地区、中国台湾地区的作者和出版社建立了版权贸易关系。河北科学技术出版社

获得荣誉

河北科学技术出版社主要出版理、工、农、医、科普、生活类图书。河北科学技术出版社有近百种图书销往境外，并先后与美国、加拿大、日本、韩国、德国、新加坡等国家及中国香港地区、中国台湾地区的作者和出版社建立了版权贸易关系。河北科学技术出版社

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。

信息来源：[高血脂吃喝调养有妙招 2024 电子书 pdf word epub 下载-启墨书坊](#)

# 高血脂吃喝调养有妙招

## 图书特色

《高血脂吃喝调养有妙招》是一本针对高血脂病情的保健指南书籍。以下是对该书的主题分析、人物评价、文学手法分析以及社会影响的综合分析。

### 主题分析：

《高血脂吃喝调养有妙招》的主题是关于高血脂疾病的调理和预防，强调通过合理的饮食和生活方式改变来降低血脂水平。这本书内容主要包括了关于高血脂的病因、症状和危害的解释，以及一系列可行的调理方法和食物、药物的选择。

### 人物评价：

由于该书没有明确的主要人物角色，因此人物评价主要集中在作者上。作者是一位对高血脂和健康有深入研究的专家或医生。他或她的目标是帮助读者理解高血脂的原因和危害，并提供有效的建议和方法来控制 and 预防该疾病。因此，读者对作者的评价将取决于他们对内容的认可和实用性的感受。

### 文学手法分析：

《高血脂吃喝调养有妙招》是一本实用书籍，因此并没有涉及太多文学手法。然而，为了更好地传达信息，该书可能会运用一些科普性的写作技巧，例如使用简单易懂的语言和举例来解释复杂的概念。此外，根据目标读者的需求，该书可能还会使用图表、图示等辅助材料来帮助读者更好地理解。

### 社会影响：

由于高血脂成为了现代社会中常见的健康问题之一，该书的出版将对社会产生积极影响。通过提供有关高血脂病情的信息和调理方法，这本书有助于让患者更好地了解疾病并采取积极的控制措施。此外，该书还有望提高大众对高血脂疾病的认识，并促进公众的健康意识，鼓励大家关注饮食和生活方式对健康的重要性。

综上所述，《高血脂吃喝调养有妙招》是一本针对高血脂疾病的保健指南书籍。通过介绍高血脂的病情和危害，并提供可行的调理方法和食物选择，该书的目标是帮助读者控制和预防高血脂。该书的社会影响主要体现在提高大众对高血脂疾病的认识和促进公众的健康意识方面。

备注：上述内容由ai生成，如有问题，请联系我们及时删除

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。

信息来源：[高血脂吃喝调养有妙招 2024 电子书 pdf word epub 下载-启墨书坊](#)

# 高血脂吃喝调养有妙招

## 书籍目录

第一章 降血脂，一线专家有话说 专家提醒：降血脂莫着急上火 看清高血脂的本来面目  
高血脂比你想象的要严重 高血脂不是胖子的专利 诱发高血脂的十大因素 弄清高血脂的基本类型  
兵分三路对付高血脂 专家诊测：及早发现高血脂 黄色瘤，血脂升高的信号  
间歇腹痛，小心高血脂作乱 听力下降，警惕高血脂光顾 角膜环，预示老年高血脂  
防治高血脂的七大信号 查血脂注意事项告诉你知 血脂化验要求空腹血 检测餐后血脂，防治冠心病  
了解血脂的检测标准 了解高血脂的诊断依据 专家忠告：避让降血脂的六大陷阱  
误区一：血脂降得越低越好 误区二：瘦人不会得高血脂 误区三：没有症状就万事大吉  
误区四：血脂正常就无需治疗 误区五：膳食治疗代替药物治疗 误区六：坚持吃素，血脂自然降下来  
专家叮嘱：高血脂患者用药常识 用药须严格遵守专科医生指导 老年人用药应遵守“四项基本原则”  
制订合理安全的用药方案 如何选择针对性强的降脂药 了解降脂新药、进口药  
高血脂患者联合用药注意事项 减轻降血脂药物不良反应的原则 降脂药不良反应需对症治疗  
西药，高血脂患者的“救心丸” 中成药，降血脂的“灵丹妙药” 中草药，土生土长的“降脂仙草”  
专家建议：高血脂患者配餐要对症 高血脂患者饮食应把握五大原则 高血脂患者饮食搭配要合理  
单纯性高胆固醇血症患者的饮食原则 单纯性高甘油三酯血症患者的饮食原则  
混合型高血脂患者的饮食原则 I型高脂蛋白血症如何调整饮食结构  
IIa型高脂蛋白血症如何调整饮食结构 IIb型及III型高脂蛋白血症如何调整饮食结构  
IV型高脂蛋白血症如何调整饮食结构 V型高脂蛋白血症如何调整饮食结构第二章  
食材大舞台，降脂多明星 谷物篇：吃好主食，血脂就会降下来 玉米：能降血脂的“珍珠米”  
黄豆：降脂豆中的“大王” 绿豆：降血脂的良谷 燕麦：减肥又降脂 荞麦：既降脂又降糖  
黑芝麻：防治高血脂及动脉粥样硬化 蔬菜篇：五色蔬菜降脂有智慧 番茄：蔬菜中的降脂上品  
芹菜：降脂又降压的功臣 荠菜：降脂又防癌 黄瓜：清脆爽口的降脂圣品 金针菇：降脂又益智  
香菇：味道鲜美的降脂“山珍” 黑木耳：降脂又驻颜 洋葱：心血管患者的佳蔬良药  
大蒜：血液中的清道夫 海带：降脂蔬菜中的“海上之蔬” 紫菜：降脂补肾又养心  
竹笋：降脂清热又化痰 冬瓜：降脂减肥又消肿 莴笋：降脂降压保心脏 油菜：降脂大军中的佼佼者  
瓜果篇：降脂瓜果要精挑细选 苹果：瓜果中的降脂“大夫” 柚子：去脂减肥又开胃  
山楂：高血脂患者的“长寿食品” 葡萄：降脂补血强筋骨 大枣：高血脂患者的“天然维生素丸”  
猕猴桃：高血脂患者的“维C之王” 柿子：降脂养肺又解酒 橘子：降脂理气又开胃  
橙子：高血脂患者的“疗疾佳果” 香蕉：高血脂患者的“智慧之果” 干果篇：干果也是降脂干将  
花生：高血脂患者的“植物肉” 葵花子：高血脂患者的健康零食 核桃仁：降脂补肾又固精  
杏仁：降脂又美容 松子：高血脂患者延年益寿的“仙品” 榛子：降脂益气又明目  
肉类篇：肉中也有降脂精英 驴肉：降脂安神又去烦 鲤鱼：排出血液中的“垃圾”  
鲫鱼：降脂减肥又健身 黄鳝：降脂补脑又健身 带鱼：降脂养肝又补血 泥鳅：降脂强精又益肾第三章  
高血脂并发糖尿病用药与配餐 西药 磺脲类口服降糖药 双胍类 胰岛素增敏剂 胰岛素  
α-葡萄糖苷酶抑制剂 中药 参精止渴丸 消渴灵片 山药饮 女贞子饮 黄芪饮 黄精首乌汤 天门冬散  
茯苓黄连丸 三消汤 山药黄芪汤 三味通瘀灵 肾降脂汤 降糖活血方 配餐  
配餐原则：高血脂伴糖尿病患者要善食而非限食 一日三餐：高血脂并发糖尿病患者的饮食建议  
食疗食谱：高血脂伴糖尿病患者的放心美食第四章 高血脂并发高血压用药与配餐 西药 卡托普利片  
马来酸依那普利片 盐酸贝那普利片 阿替洛尔片 施慧达 非洛地平(波依定) 哌唑嗪 吲哚帕胺片 中药  
通脉舒胶囊 降压颗粒 天麻首乌片 山菊降压片 三七菊花茶冲剂 松龄血脉康胶囊 绞股蓝茶  
泽泻虎杖消脂茶 莲萸汤 山楂酒 菊花酒 天麻酒 杞子泡黄酒 桑枝桑叶汤 牛膝钩藤汤 钩藤汤 天麻钩藤汤  
黄精四草汤 地龙决明饮 莱菔子饮 配餐 配餐原则：高血脂并发高血压病患者要管好自己的嘴  
一日三餐：高血脂并发高血压病患者的配餐建议  
食疗食谱：高血脂并发高血压病患者的放心美食第五章 高血脂并发肥胖症用药与配餐 西药

盐酸安非拉酮片 盐酸西布曲明胶囊 奥利司他胶囊 中药 柏仁半夏汤 黄芪地黄汤 枸杞饮 参楂酒 荷叶饮 山楂荷叶饮 消脂减肥茶 山楂丹参饮 山楂桑葚饮 荷丹片 血脂灵片 血脂宁丸 配餐

配餐原则：高血脂并发肥胖症患者要管好自己的嘴 一日三餐：高血脂并发肥胖症患者的配餐建议

食疗食谱：高血脂并发肥胖症患者的放心美食第六章 高血脂并发肾病综合征用药与配餐 西药

利尿消肿药治疗肾病综合征 抗凝及抗血小板聚集药 非甾体抗炎药 肾上腺皮质激素药 中药 济生肾气丸 木防己水浴足 大腹皮水浴足 党参黄芪水浴足 葱叶水浴足 首乌酒 加味越婢汤 三七人参酒 黄芪山药汤 生地茅根饮 黄芪木防己汤 玉米须饮 车前子饮 配餐

配餐原则：高血脂并发肾病综合征患者要管好自己的嘴

一日三餐：高血脂并发肾病综合征患者的配餐建议

食疗食谱：高血脂并发肾病综合征患者的放心美食第七章 高血脂并发冠心病用药与配餐 西药

硝酸酯制剂  $\beta$ -受体阻滞剂( $\beta$ -阻滞剂) 钙通道阻滞剂 抗血小板聚集药物 溶血栓药物 调整血脂药物 中药 心血宁片 乐脉颗粒 地奥心血康胶囊 养心氏片 复方丹参片 心可舒胶囊 益心汤 党参竹茹汤 黄芪人参汤 葛红汤 芥末水泡脚 红花麻黄水泡脚 黄芪葛根汤 配餐

配餐原则：高血脂并发冠心病患者要管好自己的嘴 一日三餐：高血脂并发冠心病患者的配餐建议

食疗食谱：高血脂并发冠心病患者的放心美

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。

信息来源：[高血脂吃喝调养有妙招 2024 电子书 pdf word epub 下载-启墨书坊](#)

# 高血脂吃喝调养有妙招

## 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。

更多精彩内容请访问：[高血脂吃喝调养有妙招 2024 电子书 pdf word epub 下载-启墨书坊](#)

pdf: [高血脂吃喝调养有妙招 pdf 下载地址 在线 网盘](#)

epub: [高血脂吃喝调养有妙招 epub 下载地址 在线 网盘](#)

azw3: [高血脂吃喝调养有妙招 azw3 下载地址 在线 网盘](#)

mobi: [高血脂吃喝调养有妙招 mobi 下载地址 在线 网盘](#)

word: [高血脂吃喝调养有妙招 word 下载地址 在线 网盘](#)

txt: [高血脂吃喝调养有妙招 txt 下载地址 在线 网盘](#)

kindle: [高血脂吃喝调养有妙招 kindle 下载地址 在线 网盘](#)