健康指南

- 冠心病的基本知识与治疗
- 治疗冠心病重在保健
- 冠心病的预防
- 冠心病病人日常食谱

# 冠心病保健知识999问

任艳灵 主编

让您全面了解冠心病的基本知识

河南出版集团
中原农民出版社

健康指南

- 冠心病的基本知识与治疗
- 治疗冠心病重在保健
- 冠心病的预防
- 冠心病病人日常食谱

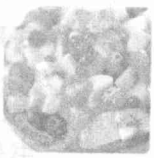
# 冠心病

## 保健知识900问

安阳师范学院图书馆 藏书

任艳灵 主编

让您全面了解冠心病的基本知识



河南出版集团
中原农民出版社

**图书在版编目（CIP）数据**

冠心病保健知识999问 / 任艳灵主编.—郑州：中原农民出版社，2008.1

ISBN 978-7-80739-097-8

Ⅰ.冠… Ⅱ.任… Ⅲ.冠心病-防治-问答 Ⅳ.R541.4-44

中国版本图书馆CIP数据核字（2007）第163258号

---

**出版社：**中原农民出版社

（地址：郑州市经五路66号　电话：0371-65751257

邮政编码：450002）

**发行单位：**全国新华书店

**承印单位：**北京市北中印刷厂

**开本：**710mm×1000mm　1/16

**印张：**26

**字数：**335千字

**版次：**2008年1月第1版　**印次：**2008年1月第1次印刷

---

**书号：**ISBN 978-7-80739-097-8　**定价：**35.00元

本书如有印装质量问题，由承印厂负责调换

# 序言

## 祝：身体健康 快乐生活

作者于北京

# 目 录

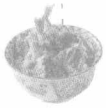
## 第一章 基础知识


1. 循环系统由几部分组成？ …… 1
2. 循环系统的作用是什么？ …… 1
3. 心脏是由哪些部分组成的？ …… 1
4. 心脏的作用是什么？ …… 1
5. 心腔的作用是什么？ …… 2
6. 心壁是由什么构成的？ …… 2
7. 什么是心内膜？ …… 2
8. 什么是心外膜？ …… 2
9. 什么是心肌层？ …… 2
10. 心脏中心纤维体由什么组成？ …… 3
11. 心脏中心纤维体的作用是什么？ …… 3
12. 主动脉在人体中有什么作用？ …… 3
13. 什么是冠状动脉？ …… 4
14. 什么是左冠状动脉？ …… 4
15. 什么是右冠状动脉？ …… 4
16. 动脉粥样斑块经常发生在冠状动脉的什么位置？ …… 5
17. 心脏传导系统由哪些部分组成？ …… 5
18. 什么是窦房结？ …… 5
19. 什么叫窦性心律？ …… 5
20. 结间束是什么？ …… 5
21. 房室结是什么？ …… 6
22. 什么是房室束？ …… 6
23. 什么是左、右束支？ …… 6

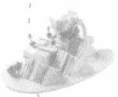
此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com

24. 何为浦氏纤维？ …… 6
25. 心血管的神经是由哪些部分组成的？ …… 6
26. 血液循环的神经体液调节是怎样进行的？ …… 7
27. 心脏活动有怎样的电生理过程？ …… 7
28. 如何判别心脏停止跳动？ …… 8
29. 当触摸颈动脉时应注意什么？ …… 8
30. 什么是冠心病？ …… 8

31. 冠心病在我国的发病率是多少？ …… 9
32. 中医把冠心病分为几种类型？ …… 9
33. 西医把冠心病分为几种类型？ …… 9
34. 什么是隐匿型冠心病？ …… 10
35. 什么是心绞痛型冠心病？ …… 10

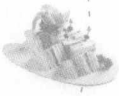


36. 什么是心肌梗死型冠心病？ …… 10
37. 什么是心力衰竭和心律失常型冠心病？ …… 10
38. 什么是猝死型冠心病？ …… 10
39. 引起冠心病的原因有哪些？ …… 11
40. 冠心病和甲状腺功能改变有什么关系？ …… 11

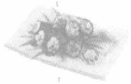


41. 冠心病加重的信号有哪些？ …… 11
42. 冠心病患者为什么爱出汗？ …… 12
43. 男孩早期发育情况与成年后发生的冠心病风险有关系吗？ … 12
44. 什么是冠状动脉粥样硬化？ …… 12
45. 冠状动脉粥样硬化的好发部位在哪里？ …… 12
46. 冠状动脉粥样硬化有什么病变特点？ …… 13
47. 什么是冠状动脉痉挛？ …… 13
48. 冠状动脉痉挛是怎样引起冠心病的？ …… 13
49. 冠状动脉炎症会导致哪些情况？ …… 13
50. 什么是动脉硬化？ …… 14
51. 动脉粥样硬化斑块是一种“良性肿瘤”吗？ …… 14
52. 动脉粥样硬化对人体有哪些影响？ …… 14
53. 引起动脉粥样硬化的危险因素有哪些？ …… 15
54. 什么叫做高脂血症？ …… 15

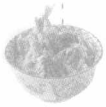
55. 高脂血症是如何形成的？ …… 15
56. 高脂血症是如何引起动脉粥样硬化的？ …… 16
57. 高血压对动脉粥样硬化有何影响？ …… 16
58. 吸烟为什么能引起动脉粥样硬化？ …… 17
59. 性别对动脉粥样硬化有何影响？ …… 17
60. 冠心病在我国年轻人中的发病率是多少？ …… 17
61. 小孩子怎么也得冠心病？ …… 17
62. 冠心病患者也能长寿吗？ …… 18
63. 近年来冠心病的发病率为何增多？ …… 18
64. 冠心病发生有无年龄因素？ …… 18
65. 糖尿病为什么是引起动脉粥样硬化的危险因素？ …… 19
66. 高胰岛素血症为何是引起动脉粥样硬化的危险因素？ …… 19
67. 动脉粥样硬化有何遗传因素？ …… 19
68. 肥胖与冠心病有关系吗？ …… 20
69. 动脉粥样硬化发生机制有哪些学说？ …… 20
70. 什么是脂源性学说？ …… 21
71. 什么是致突变学说？ …… 21
72. 损伤应答学说是怎么回事？ …… 21
73. 什么是受体缺失学说？ …… 22
74. 动脉粥样硬化有哪些病变？ …… 23
75. 脂纹有什么病变？ …… 23
76. 斑块有什么病变？ …… 24
77. 什么是粥样斑块？ …… 25
78. 动脉粥样硬化有哪些复合病变？ …… 26
79. 斑块内出血是怎么回事？ …… 26
80. 什么是斑块破裂？ …… 26
81. 血栓形成是怎么回事？ …… 26
82. 钙化是怎么回事？ …… 27
83. 动脉瘤形成是怎么回事？ …… 27
84. 哪些重要器官会产生动脉粥样硬化？ …… 27
85. 主动脉粥样硬化是怎样发生的？ …… 27



86. 脑动脉粥样硬化通常是什么时候发生的？ …… 28
87. 脑动脉粥样硬化的原因是什么？ …… 28
88. 严重的脑动脉粥样硬化的发生有何影响？ …… 28
89. 肾动脉粥样硬化的发生有何影响？ …… 29
90. 四肢动脉粥样硬化的发生有何影响？ …… 29
91. 什么是侧支循环？ …… 29
92. 为何说冠心病史愈长愈能长寿？ …… 30



93. 社会因素对冠心病有影响吗？ …… 30
94. 心理因素对冠心病有影响吗？ …… 30
95. 社会—文化因素是怎样影响冠心病的？ …… 31
96. 有哪些心理—生理因素影响冠心病？ …… 31
97. 情绪是怎样影响冠心病的？ …… 31



98. 心理动力(动机)怎样影响冠心病？ …… 32
99. 行为(学习)因素怎样影响冠心病？ …… 32
100. 行为类型与人格特征对冠心病有什么影响？ …… 33
101. 什么是 A 型性格的人？ …… 34
102. 为什么 A 型性格的人易患冠心病？ …… 34

103. 为什么冠心病如此猖獗？ …… 35
104. 为什么子女多的父母更易患冠心病？ …… 35

## 第二章　检查诊断

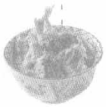
105. 怎样自我早期发现冠心病？ …… 36
106. 怎样检查脉搏？ …… 36
107. 怎样诊断是因冠心病引起的心绞痛？ …… 37
108. 怎样鉴别诊断心绞痛？ …… 37
109. 心肌缺血早期有无症状表现？ …… 38
110. 心肌缺血时有何症状表现？ …… 38
111. 有哪些不典型的冠心病症状？ …… 39
112. 诊断冠心病有哪些条件？ …… 40
113．采用哪些方法可早期诊断冠心病？ …… 40
114. 什么是心电图？ …… 40

115. P波、QRS波和T波分别代表什么？ …… 41
116. 心电图记录由哪些部分组成？ …… 41
117. 如何看心电图记录？ …… 41
118. 冠心病在心电图上可有什么改变？ …… 42
119. 什么叫动态心电图？ …… 43
120. 动态心电图对冠心病的诊断作用是什么？ …… 43
121. 冠心病患者为何要做动态心电图？ …… 44
122. 什么叫超声心动图？ …… 44
123. 超声心动图对冠心病的诊断有什么作用？ …… 44
124. 冠心病患者为何要做超声心动图？ …… 45
125. 超声心动图对急性心肌梗死诊断价值如何？ …… 45
126. 心肌梗死时超声心动图的改变有哪些？ …… 45
127. 冠心病患者为何要做放射性核素心肌扫描？ …… 46
128. 冠心病患者为何要做左心功能测定？ …… 46
129. 什么叫心脏电生理检查？ …… 46
130. 心脏电生理检查有什么临床意义？ …… 47
131. 什么叫心电图运动试验？ …… 47
132. 心电图运动试验的主要目的是什么？ …… 47
133. 为什么做了心电图还要做运动试验？ …… 48
134. 常用的心电图运动试验有哪几种？ …… 48
135. 何为活动平板试验？ …… 48
136. 何为蹬车运动试验？ …… 48
137. 何为双倍二级梯运动试验？ …… 49
138. 哪些情况下不适合做心电图运动试验？ …… 49
139. 什么叫放射性核素检查？ …… 49
140. 核素在急性心肌梗死的应用中有几种技术？ …… 50
141. 什么是心肌灌注显像？ …… 50
142. 什么是急性心肌梗死“热区”显像？ …… 50
143. 什么是核素心室造影？ …… 50
144. 用于心血管检查的核素有哪些？ …… 51
145. $^{99}$锝的作用是什么？ …… 51

146. $^{201}$铊的作用是什么？ …… 51
147. 放射性核素检查对人体有害处吗？ …… 52
148. 什么叫冠状动脉造影？ …… 52
149. 冠状动脉造影有何临床意义？ …… 52

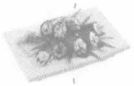
## 第三章　临床表现

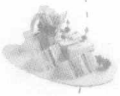
150. 什么是心绞痛？ …… 54
151. 心绞痛的病因是什么？ …… 54
152. 心绞痛的病理及病理生理是什么？ …… 54
153. 引起心绞痛的原因是什么？ …… 55
154. 心绞痛通常在什么部位发生？ …… 55
155. 心绞痛有何疼痛性质？ …… 55



156. 心绞痛一般持续多长时间？ …… 56
157. 心绞痛一般怎么缓解？ …… 56
158. 心绞痛患者有何异常体征？ …… 56
159. 心绞痛如何判断轻重？ …… 56
160. 怎样通过观察患者的心脏状况来分辨病情轻重？ …… 57
161. 怎样通过观察患者的血压、血脂来分辨病情轻重？ …… 57
162. 如何通过身体状况判断患者的预后情况？ …… 57
163. 心绞痛有哪几种临床类型？ …… 57
164. 什么是劳力性心绞痛？ …… 58
165. 劳力性心绞痛又可以分为几个类型？ …… 58
166. 严重的劳力性心绞痛有何特点？ …… 58
167. 什么是自发性心绞痛？ …… 59
168. 自发性心绞痛又可以分为几个类型？ …… 59
169. 变异型心绞痛有何特点？ …… 59
170. 什么是卧位性心绞痛？ …… 59
171. 卧位性心绞痛发作时有何特点？ …… 60
172. 餐后心绞痛有什么临床意义？ …… 60
173. 介入治疗经冠状动脉造影有什么作用？ …… 61
174. 什么时候考虑主动脉—冠状动脉旁路手术？ …… 61

175. 什么是急性心肌梗死？ …… 61
176. 急性心肌梗死的发生率是多少？ …… 62
177. 急性心肌梗死的发病机制是什么？ …… 62
178. 心肌梗死通常在什么时间发生？ …… 62
179. 急性心肌梗死的病理是什么？ …… 63
180. 什么是肯定的急性心肌梗死？ …… 64
181. 什么是可能的急性心肌梗死？ …… 64
182. 心肌梗死发病有何先兆？ …… 64
183. 心肌梗死发病时有什么症状？ …… 65
184. 心肌梗死发病时是怎样的疼痛状况？ …… 65
185. 心肌梗死发病时休克是怎么回事？ …… 65
186. 引发休克的主要原因是什么？ …… 66
187. 心律失常是怎么回事？ …… 66
188. 心力衰竭时有何表现？ …… 66
189. 为什么急性心肌梗死是扼杀青壮年的沉默杀手？ …… 66
190. 突发心肌梗死的青壮年中，为什么不少人平时没有症状？ … 67
191. 年轻人发生心肌梗死有何特点？ …… 67
192. 心肌梗死发作如何急救？ …… 68
193. 心肌梗死通常发生在什么季节？ …… 68
194. 最易发生急性心肌梗死的魔鬼时间是何时？ …… 68
195. 急性心肌梗死的高发人群是哪些？ …… 69
196. 为什么腹泻可诱发心肌梗死？ …… 69
197. 应该怎样预防腹泻？ …… 70
198. 急性右室心肌梗死有什么临床表现？ …… 70
199. 急性右室心肌梗死诊断时有哪些要点？ …… 71
200. 急性右室心肌梗死有什么治疗原则？ …… 71
201. 急性心房心肌梗死的发病情况是怎样的？ …… 72
202. 急性心房心肌梗死的病因是什么？ …… 72
203. 急性心房心肌梗死有什么临床表现？ …… 73
204. 急性心房心肌梗死心电图有何改变？ …… 73
205. 急性心房心肌梗死有什么治疗原则？ …… 74



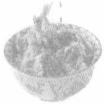


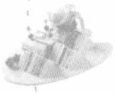
此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com

206. 什么是无 Q 波型心肌梗死？ …… 74
207. 无 Q 波型心肌梗死有什么临床特点？ …… 74
208. 诊断无 Q 波型心肌梗死时有哪些要点是需要注意的？ …… 75
209. 无 Q 波型心肌梗死有哪些治疗原则？ …… 76
210. 老年心肌梗死有何特点？ …… 76
211. 为什么老年心肌梗死多表现为无痛性？ …… 77
212. 为什么老年心肌梗死很多有脑循环障碍？ …… 77
213. 为什么老年心肌梗死胃肠功能紊乱的多？ …… 77
214. 为什么老年心肌梗死心力衰竭的多？ …… 77
215. 为什么老年心肌梗死多有心律失常发生？ …… 78
216. 老年急性心肌梗死的诊断标准是什么？ …… 78
217. 为什么老年心肌梗死再发性多？ …… 79
218. 老年心肌梗死心电图改变有哪些不典型的症状？ …… 79
219. 小灶性梗死心电图有何改变？ …… 79
220. 多次梗死心电图有何改变？ …… 79
221. 束支传导阻滞心电图有何改变？ …… 80
222. 心内膜下心肌梗死心电图有何改变？ …… 80
223. 为什么老年心肌梗死多器官衰竭的多？ …… 80
224. 老年心肌梗死死亡率是多少？ …… 81
225. 老年急性心肌梗死如何治疗？ …… 81
226. 减轻心肌缺血损伤的药物有哪些？ …… 81
227. 老年急性心肌梗死有哪些再通指征？ …… 82
228. 什么是无痛性心肌梗死？ …… 83
229. 无痛性心肌梗死占急性心肌梗死患者的比率为多少？ …… 83
230. 无痛性心肌梗死通常有哪些情况？ …… 83
231. 什么是梗死后心绞痛？ …… 84
232. 抑郁症患者有何表现？ …… 84
233. 抑郁症与心肌梗死有关系吗？ …… 84
234. 如何改善抑郁状态？ …… 85
235. 什么叫急性非特异性心包炎？ …… 85

236. 急性心肌梗死有哪些并发症？ …… 86
237. 如何对急性心肌梗死进行监护和一般治疗？ …… 86
238. 对急性心肌梗死怎样对症处理？ …… 87
239. 急性心肌梗死时如何控制休克？ …… 87
240. 怎样治疗心力衰竭？ …… 88
241. 什么是心源性休克？ …… 89
242. 急性心肌梗死并发心源性休克的诊断依据是什么？ …… 89
243. 急性心肌梗死患者并发的心源性休克对预后有何影响？ …… 89
244. 预后不良的指标是什么？ …… 90
245. 什么是急性心力衰竭？ …… 90
246. 造成心力衰竭的主要因素是什么？ …… 90
247. 心力衰竭有什么危害？ …… 91
248. 什么叫心律失常？ …… 91
249. 心律失常有几种表现形式？ …… 92
250. 心律失常发生的机制是什么？ …… 92
251. 冲动起源异常分为哪些方面？ …… 92
252. 自律性机制是怎么回事？ …… 92
253. 什么是触发活动？ …… 93
254. 冲动传导异常分为几类？ …… 93
255. 什么是传导障碍？ …… 93
256. 何为传导减慢？ …… 94
257. 生理性传导阻滞是怎么回事？ …… 94
258. 递减性传导是怎么回事？ …… 94
259. 何为单向传导或阻滞？ …… 95
260. 什么是折返激动？ …… 95
261. 如何利用听诊器检查心律失常？ …… 95
262. 心肌梗死患者可能合并哪些类型的心律失常？ …… 96
263. 急性心肌梗死的预后如何？ …… 96
264. 心律失常对脑供血有什么影响？ …… 97
265. 心律失常对肾脏供血有什么影响？ …… 97
266. 心律失常对冠状动脉有什么影响？ …… 97

267. 如何消除心律失常？ …… 98
268. 什么是窦性心律失常？ …… 99
269. 窦性心律不齐分哪几类？ …… 99
270. 呼吸性窦性心律不齐有何特征？ …… 99
271. 呼吸性窦性心律不齐的心电图有何特点？ …… 100
272. 非呼吸性窦性心律不齐的心电图有何特点？ …… 100
273. 窦房结内游走性节律心电图有何特点？ …… 100
274. 与心室收缩排血有关的窦性心律不齐有何特征？ …… 101
275. 异位心律诱发的窦性心律不齐有何特征？ …… 101
276. 利用心电图诊断心律失常应注意哪些问题？ …… 101
277. 利用心电图诊断心律失常的误诊情况有哪些？ …… 101
278. 什么是异位心律？ …… 102
279. 什么是主动性异位心律？ …… 102
280. 什么是被动性异位搏动？ …… 102
281. 什么是冲动起源异常(异位性心律失常)？ …… 103
282. 什么是传导障碍？ …… 103
283. 什么是期前收缩？ …… 103
284. 引起期前收缩的冲动是在什么部位发出的？ …… 104
285. 期前收缩分为几个类型？ …… 104
286. 怎样诊断室性早搏？ …… 104
287. 怎样处理室性早搏？ …… 104
288. 为什么室性早搏提示心肌梗死？ …… 105
289. “梗死型”室性早搏是怎么回事？ …… 105
290. 每个人都会发生期前收缩吗？ …… 105
291. 发生期前收缩时都会有症状吗？ …… 106
292. 期前收缩有什么临床意义？ …… 106
293. 什么叫心脏传导阻滞？ …… 106
294. 心脏传导阻滞可分为几类？ …… 107
295. 心脏传导阻滞按其阻滞的程度分为几度？ …… 107
296. 心脏传导阻滞的发病机制是什么？ …… 107
297. 什么叫窦房传导阻滞？ …… 108





298. 什么叫房内传导阻滞？ …… 108
299. 什么是房室传导阻滞？ …… 108
300. 什么是室内传导阻滞？ …… 108
301. 冠心病能引起传导阻滞吗？ …… 108
302. 有右束支传导阻滞的人都有心脏病吗？ …… 109
303. 左束支传导阻滞有什么临床意义？ …… 109

## 第四章　饮食保健

304. 冠心病患者有何饮食原则？ …… 110
305. 冠心病患者每日脂肪的摄入量应该是多少？ …… 110
306. 冠心病患者每日胆固醇的摄入量应该是多少？ …… 111
307. 冠心病患者每日盐的摄入量应该是多少？ …… 111
308. 冠心病患者需要哪些营养元素？ …… 111
309. 维生素对冠心病患者有何益处？ …… 111
310. 矿物质对防治冠心病有什么意义？ …… 112
311. 膳食纤维对冠心病患者有何好处？ …… 112
312. 蛋白质对冠心病患者有何好处？ …… 112
313. 冠心病患者应该食用哪些含糖类食物？ …… 112
314. 冠心病患者可选择哪些适宜的食物？ …… 113
315. 冠心病患者能吃鸡蛋吗？ …… 113
316. 为什么冠心病患者应该少吃糖？ …… 113
317. 为什么冠心病患者忌食过多的食盐？ …… 114
318. 冠心病患者每日的餐次和餐量多少为宜？ …… 114
319. 饱餐容易引起冠心病的原因是什么？ …… 114
320. 冠心病患者的早、中、晚餐怎样搭配为好？ …… 115
321. 冠心病患者应选用怎样的饮食方式？ …… 116
322. 蔬菜对冠心病患者有何益处？ …… 116
323. 为何多吃蔬菜容易减肥？ …… 116
324. 为何蔬菜可以增强人体的抗癌能力？ …… 117
325. 冠心病患者怎样控制饮食热量？ …… 117
326. 为什么冠心病患者要合理享受高质量的早餐？ …… 118

327. 冠心病患者早餐通常吃什么好？ …… 118
328. 适当补水对冠心病患者有何益处？ …… 118
329. 冠心病患者在早起时喝水有何益处？ …… 119
330. 为什么喝水能防止心肌梗死？ …… 119
331. 冠心病患者应该怎么样饮水？ …… 119
332. 为什么茶是冠心病患者最好的饮料？ …… 120
333. 冠心病患者在饮茶时有哪些注意事项？ …… 120
334. 为什么冠心病患者忌饮浓茶？ …… 120
335. 为什么冠心病患者忌饮咖啡？ …… 121
336. 冠心病患者的主食选料有什么？ …… 121
337. 玉米对冠心病患者有何好处？ …… 121
338. 燕麦对冠心病患者有何好处？ …… 121
339. 荞麦对冠心病患者有何好处？ …… 122
340. 大豆对冠心病患者有何好处？ …… 122
341. 甘薯对冠心病患者有何好处？ …… 122
342. 绿豆对冠心病患者有何好处？ …… 122
343. 花生对冠心病患者有何好处？ …… 122
344. 冠心病患者应该选择哪些肉类？ …… 123
345. 鸡肉含有哪些对冠心病患者有益的营养？ …… 123
346. 泥鳅含有哪些对冠心病患者有益的营养？ …… 123
347. 鲫鱼含有哪些对冠心病患者有益的营养？ …… 123
348. 鲤鱼含有哪些对冠心病患者有益的营养？ …… 123
349. 带鱼含有哪些对冠心病患者有益的营养？ …… 124
350. 甲鱼含有哪些对冠心病患者有益的营养？ …… 124
351. 兔肉含有哪些对冠心病患者有益的营养？ …… 124
352. 海参含有哪些对冠心病患者有益的营养？ …… 124
353. 冠心病患者宜食的蔬菜、水果有哪些？ …… 124
354. 为什么冠心病患者宜食白菜？ …… 125
355. 为什么冠心病患者宜食胡萝卜？ …… 125
356. 为什么冠心病患者宜食茄子？ …… 125
357. 为什么冠心病患者宜食洋葱？ …… 125

358. 为什么冠心病患者宜食苹果？ …… 125
359. 为什么冠心病患者宜食香蕉？ …… 126
360. 为什么冠心病患者宜食柑橘？ …… 126
361. 为什么冠心病患者宜食葡萄？ …… 126
362. 为什么冠心病患者宜食西瓜？ …… 126
363. 冠心病患者的药膳选料有哪些？ …… 127
364. 冠心病患者为何宜食大蒜？ …… 127
365. 冠心病患者为何宜食仙人掌？ …… 127
366. 冠心病患者为何宜食马齿苋？ …… 127
367. 冠心病患者为何宜食山药？ …… 127
368. 冠心病患者为何宜食槐花？ …… 128
369. 冠心病患者为何宜食桂圆？ …… 128
370. 冠心病患者为何宜食葛根？ …… 128
371. 冠心病患者为何宜食薤白？ …… 128
372. 冠心病患者为何宜食昆布？ …… 128
373. 为什么患有冠心病的人平时应该多喝普洱茶？ …… 129
374. 还有哪些茶对冠心病患者有益处？ …… 129
375. 巧克力对冠心病有什么作用？ …… 129
376. 为什么吃橘子可预防冠心病和动脉硬化？ …… 130
377. 黑醋洋葱对治疗冠心病有什么益处？ …… 130
378. 牛奶为什么有减缓冠心病发展的作用？ …… 130
379. 冠心病患者为什么夜间要喝水？ …… 131

## 第五章　运动疗法

380. 冠心病患者为什么要进行运动？ …… 132
381. 运动的益处主要表现在哪几个方面？ …… 132
382. 为什么冠心病患者需要合理的运动原则？ …… 133
383. 合理的运动原则需要注意什么？ …… 133
384. 冠心病患者适合什么运动类型？ …… 134
385. 冠心病患者的运动强度及频率应该是多少？ …… 134
386. 冠心病患者在什么时间运动最好？ …… 134



此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com