

Оглавление

Предисловие	6
-----------------------	---

РАЗДЕЛ 1

1.1. Что такое атеросклероз	8
1.2. Кто может заболеть атеросклерозом	13
1.3. Курение как фактор риска атеросклероза . . .	20
1.4. Алкоголь как фактор риска атеросклероза . . .	24
1.5. Ожирение как фактор риска атеросклероза . .	27
1.6. Сахарный диабет как фактор риска атеросклероза	46
1.7. Гипертоническая болезнь как фактор риска атеросклероза	48
Как измерить давление	51
Немедикаментозные методы лечения	55
Лекарственная терапия гипертонической болезни	57
Лечение гипертонического криза	70
Ответы на вопросы	73
1.8. Диета при атеросклерозе	80
1.9. Физическая активность при атеросклерозе. . .	89
1.10. Медикаментозное лечение атеросклероза . .	97
Ответы на вопросы	104
1.11. Плацебо	115
1.12. Дефицит магния	119

РАЗДЕЛ 2

2.1. Стенокардия	125
2.2. Острый инфаркт миокарда	128
2.3. План обследования при подозрении на ишемическую болезнь сердца	134
2.5. Облитерирующий атеросклероз сосудов нижних конечностей	145
2.6. Инсульт	151
Послесловие	155