

目錄

第一部分：認識高血壓及中風

第一章	香港人患高血壓及中風的情況	2
第二章	何謂高血壓	5
第三章	高血壓的成因	8
第四章	何謂中風	15
第五章	中風的成因	18
第六章	高血壓常用的藥物	20

第二部分：預防中風

第七章	高血壓危機小測驗	26
第八章	預防中風的方法	27

第三部分：治療及護理

第九章	中風急救黃金一小時	44
第十章	康復期的治療	50
第十一章	康復用具介紹	53
第十二章	如何照顧中風患者	63

第四部分：中醫預防中風及治療方法

第十三章	中醫治療	72
第十四章	針灸治療	75
第十五章	中醫藥膳食療	77

第五部分：真實個案

第十六章	我的第一步	86
第十七章	復康治療佳	89
第十八章	關懷及支持	92
第十九章	不離與不棄	96
第二十章	積極向前行	99

附錄：

社區服務、中風患者互助組織	104
東華三院屬下醫院之社區支援服務	106
給照顧者的支援、飲食和健康資訊	109
復康用品和治療	111
參考書目	112
工作小組成員名單	113
