

<<亚健康与保健食品概论>>

图书基本信息

书名：<<亚健康与保健食品概论>>

13位ISBN编号：9787030257079

10位ISBN编号：7030257073

出版时间：2009-10

出版时间：科学出版社

作者：张铁军 主编

页数：646

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：<http://www.tushu007.com>

## <<亚健康与保健食品概论>>

### 内容概要

本书内容主要包括亚健康与保健食品理论、相关的研究进展和应用技术。

上篇介绍了亚健康和保健食品的相关概念、基本定义、保健食品与中医药药膳食疗的渊源、中医药与保健食品理论等内容，突出体现预防医学和中医药保健的特色。

中篇概述了27项保健功能的研究进展，贯通中医药理论和现代研究，体现了系统性、传承性、创新性和实用性的特点。

下篇提出了保健食品研制的思路与原则，归纳了保健食品资源、保健食品研制技术，为保健食品的生产提供参考和指导。

全书从理论、研究进展、研发思路 and 开发技术三个层次来阐述亚健康和保健食品的系统全貌，力求为广大从事保健食品的研制和生产等相关工作人员提供有益的参考。

## <<亚健康与保健食品概论>>

### 书籍目录

上篇 亚健康与保健食品理论概述 第一章 亚健康和保健食品的相关概念 第二章 亚健康概论  
第三章 保健食品与中医药药膳食疗源流 第四章 中医药与保健食品的理论中篇 保健食品与保健  
功能 第五章 增强免疫力功能 第六章 辅助降血脂功能 第七章 辅助降血糖功能 第八章 抗  
氧化功能 第九章 辅助改善记忆功能 第十章 缓解视疲劳功能 第十一章 促进排铅功能 第十  
二章 清咽功能 第十三章 辅助降血压功能 第十四章 改善睡眠功能 第十五章 促进泌乳功能  
第十六章 缓解体力疲劳功能 第十七章 提高缺氧耐受力功能 第十八章 对辐射危害有辅助保  
护功能 第十九章 减肥功能 第二十章 促进生长发育功能 第二十一章 增加骨密度功能 第二  
十二章 改善营养性贫血功能 第二十三章 对化学性肝损伤有辅助保护功能 第二十四章 祛痤疮  
功能 第二十五章 祛黄褐斑功能 第二十六章 改善皮肤水分功能 第二十七章 改善皮肤油分功  
能 第二十八章 调节肠道菌群功能 第二十九章 促消化功能 第三十章 通便功能 第三十一章  
对胃黏膜有辅助保护功能下篇 保健食品研究与开发 第三十二章 保健食品研制的思路与原则  
第三十三章 保健食品资源 第三十四章 保健食品研制技术附录1 保健食品管理办法附录2 保健  
食品注册管理办法(试行)附录3 保健食品注册申请指南

## &lt;&lt;亚健康与保健食品概论&gt;&gt;

## 章节摘录

第二章 亚健康概论第一节 亚健康的概念提出及其流行病学一、亚健康概念的提出长期以来，在人们的思想中一直存在着一种根深蒂固的观念：对于一个人来说，他所处的状态是“非疾病即健康”或“非健康即疾病”，即处于患病状态，或者处于健康状态，二者必居其一。

那么，“疾病”与“健康”有无中间状态即过渡状态呢？古今中医学与近年来的现代医学研究均认为是有的。

前苏联学者布赫曼以及后来的许多学者通过研究后发现，人体存在着既不是健康，也不是患病的中间状态，称为“第三状态”。

健康是第一种状态，患病是第二种状态。

健康与患病是对立的两极，两极之间存在着各种过渡状态。

“第三状态”有两种发展前途，或者转化为健康（健康态），或导致形形色色的疾病（疾病态）。

对于“第三状态”，目前国际上有各种不同名称，如“病前状态（前病期）”或“临床前沿状态”、“潜临床状态（潜病期）”，又有称“中间状态”、“游离（移）状态”、“灰色状态”等。

它包括无临床症状，但已有潜在病理信息，及症状轻微不典型的亚健康状态的患者，还应包括康复过程带菌者、带毒者，发作休止期人体内带疟原虫、阿米巴原虫者，还包括免疫状态改变的人，如输过血、蛋白制剂或抗原半抗原药物，体内已有相应抗体，若再输同样的血、蛋白制剂或药物，会发生过敏反应；近来研究表明因现代生活条件对人体的生理、化学、生物、精神素质的影响，而导致了所谓的“文明病”，如临界高血压、低血压，临界高血糖、低血糖，甚至长期嗜酒、吸烟的人出现反应能力减退、活力减退和适应能力减退；出现“第三状态”的综合征，即神经衰弱、紧张、食欲不振、易怒、头痛、易疲劳、皮肤干燥；出现“轻度心身失调”，常疲劳、失眠、食欲差、情绪不稳定，及免疫力低下等等。

总之，机体正气不足或邪气侵犯，已具备疾病的一些病理条件或过程，也可能已有一些或部分病症（证）存在，但是未具备疾病诊断标准，均称为“第三状态”，即潜病（证）、前病（证）状态（或亚健康状态）。

<<亚健康与保健食品概论>>

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:<http://www.tushu007.com>