

<<首席专家杨秉辉谈健康的生活方式>>

图书基本信息

书名：<<首席专家杨秉辉谈健康的生活方式>>

13位ISBN编号：9787117056953

10位ISBN编号：7117056959

出版时间：2004-7

出版时间：人民卫生出版社

作者：杨秉辉

页数：162

字数：69000

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>

<<首席专家杨秉辉谈健康的生活方式>>

内容概要

改革开放以来,我国人民的生活水平和健康水平有了很大提高,增强自我保健能力,学习卫生科普知识之风悄然兴起。

但毋庸讳言,从整体上看,我国人民群众的科学文化素质还不高,一部分群众缺乏自我保健意识,沿袭一些不健康的生活方式,甚至保留一些生活上的陈规陋习;一些伪科学的所谓保健功能和手段还在一些地方对人们的健康造成危害。

因此,加强对人民群众卫生健康知识的普及和教育,弘扬科学精神,提高分辨科学与迷信、文明与愚昧、进步与落后的能力,破除陈规陋习,反对封建迷信,推动全社会建立健康的生活方式,仍是一项长期艰巨的任务。

特别是经过今年上半年抗击非典的斗争,广大人民群众的自我保健意识大大增强,学文化、讲科学、讲卫生、爱清洁蔚然成风,加强公共卫生体系建设,加强健康教育,提高人民群众预防疾病的自觉性已成为全社会的共识。

为适应广大人民群众的需求,扩大卫生健康宣传教育,促进《相约健康社区行》活动的深入开展,人民卫生出版社出版了《相约健康社区行巡讲精粹》丛书。

这套丛书的作者是中央文明办、卫生部聘请的一批首席健康教育专家,他们当中有临床经验丰富的医生,有长期进行营养研究的学者,有多年从事卫生管理的专家。

他们共同的特点是热心于我国的健康教育和健康促进事业。

《相约健康社区行巡讲精粹》丛书的出版,标志着“相约健康社区行”活动进入了一新的阶段。

作者简介

杨秉辉，男，（1938年8月15日 - ），江苏省镇江市人，临床医疗专业、1962年毕业于上海第一医学院（现上海医科大学）医学系，1993年10月批准为博士生导师。

现任上海医科大学中山医院院长、中山临床医学院院长、内科学教授。

中华医学会全科学会副主任委员、中华医学会肝病学会科学委员会委员、中国抗癌协会理事、上海市抗癌协会常务理事。

主要研究肝癌的早期发现。

曾主持上海市科委“六五”攻关课题“肝癌普查的耗费与效益的研究”，现主持国家科委“八五”攻关课题“肝癌高发现场二级预防可行性方案的研究”。

此外对肝癌的标志物、肝癌化学药物治疗，中西医结合治疗方面有诸多研究。

曾因“小肝癌的诊断与治疗”的研究获国家科学技术进步奖一等奖（1985年）、该项目的推广获卫生部科学技术进步奖一等奖（1992年）。

主编《原发性肝癌的研究与进展》、《内科治疗手册》，参与《现代肿瘤学》、《Primary Liver Cancer》等多部专著的编写、以第一著者列名发表论文六十余篇。

负责培养博士生二名、硕士生四名。

书籍目录

一、现代人应该有健康的生活方工 1 现代人应该如何看待自己的健康 2 什么是健康，没病是不是就健康了 3 中国的疾病谱正在接近发达国家 4 许多病是可以预防的 5 我们的饮食中优质蛋白质略嫌不足 6 我们的饮食中脂类物质摄入过多 7 盐摄入过多对人体健康危害严重 8 多吃新鲜蔬菜和水果 9 如何做到科学饮食 10 抽烟、喝酒与饮茶 11 运动有益健康 12 提倡健康的业余活动 13 关爱生命，有病早发现、早治疗 14 什么是精神健康 15 现代人应具有的素质二 癌症能防也能治 1 癌症——20世纪的瘟疫 2 什么是癌，与肿瘤有什么区别 3 预防癌症的两个概念 4 控烟就可以预防的肺癌 5 早期发现肝癌是取得良好疗效的关键 6 食管癌的发病率开始有所下降 7 我国发病率和死亡率最高的胃癌 8 大肠癌的发病率在不断增加 9 严重威胁妇女健康的乳腺癌 10 宫颈部便是“少发易治”的实证三要吸烟还是要健康……四 请爱护你的肝五 运动-健康生活方式的重要内容之一

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>