

<<如何防治肥胖诱发的中老年慢性病>>

图书基本信息

书名：<<如何防治肥胖诱发的中老年慢性病>>

13位ISBN编号：9787306039507

10位ISBN编号：7306039504

出版时间：2011-9

出版时间：中山大学出版社

作者：熊希民

页数：137

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>

## <<如何防治肥胖诱发的中老年慢性病>>

### 内容概要

《如何防治肥胖诱发的中老年慢性病》重点介绍如何通过改变自己的生活方式(饮食起居、嗜好、运动锻炼等)实现对慢性亚临床炎症和中老年慢性病的预防。

本书分为三个部分。

第一部分介绍肥胖使身体发生慢性亚临床炎症的基本知识。

第二部分介绍发病与慢性炎症有关的中老年慢性病。

第三部分介绍慢性亚临床炎症的防治。

其中，专门介绍了有助于对抗慢性亚临床炎症、减轻体重和降低血糖的一些食物和药物。

书籍目录

第一部分 肥胖使身体发生慢性亚临床炎症

第一章 超重、肥胖危害健康

是否肥胖，体重指数为你判

糖尿病、冠心病多与肥胖、超重有关

饮食过度和不当生活方式造成超重或肥胖

本章小结

第二章 腹部肥胖、代谢综合征与胰岛素抵抗有关

腹部肥胖对身体危害至大

代谢综合征表明有胰岛素抵抗

胰岛素抵抗是代谢综合征和多种慢性病的祸根

本章小结

第三章 胰岛素抵抗激发慢性亚临床炎症

对炎症的传统观念

C反应蛋白提示慢性亚临床炎症

腹部脂肪诱发慢性亚临床炎症

从研究阿司匹林作用发现诱发炎症的物质

本章小结

第二部分 发病与慢性炎症有关的中老年慢性病

第三部分 慢性亚临床炎症的防治

参考文献

附录

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>