

<<小精灵蕴含大能量>>

图书基本信息

书名：<<小精灵蕴含大能量>>

13位ISBN编号：9787509144299

10位ISBN编号：7509144299

出版时间：2011-3

出版时间：人民军医出版社

作者：傅永怀 编

页数：221

字数：115000

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>

## <<小精灵蕴含大能量>>

### 内容概要

本书以相关理论为基础，围绕公众关心的育儿话题，分为二十五节，以问答形式，重点对人体固有的或环境侵入的必需和非必需微量元素锌、铜、铁、碘、硒、铬、钴、锰、钼、氟、钒、镍、锶、锡、硅，以及硼、砷、锗、锂、铅、汞、铝等缺乏、过剩、中毒的针对性防治措施进行了解答。微量元素与常量元素必须在人体内和平共处，互相依存。所以，本书还概括地论述了钠、钾、镁，特别是钙代谢对少儿健康的重要性。本书内容丰富，逻辑论证严密有据，语言表达深入浅出，通俗易懂，是父母、准父母以及关心孩子们健康成长的长辈、亲友们必读的一本好书。

## <<小精灵蕴含大能量>>

### 书籍目录

#### 一 绪论

1. 人体内有哪些元素
2. 什么是微量元素
3. 微量元素是怎样发挥生物学作用的

#### 二 锌——智能发育增效剂

4. 锌有哪些生物学作用
5. 锌缺乏性侏儒是怎么回事
6. 小儿厌食症和异食癖与缺锌有关吗
7. 为何补锌也能治疗糖尿病
8. 为啥儿童感冒可服用锌
9. 哪些天然食物含锌丰富
10. 哪些儿童宜补锌
11. 各年龄组怎样使用锌制剂
12. 少儿也能发生锌中毒吗

#### 三 铜——神经发育保护剂

13. 铜有哪些生物学作用
14. 卷发综合征是怎么回事
15. 婴儿营养性铜缺乏症是怎么回事
16. 三低综合征是怎么回事
17. “少白头”与缺铜有关吗
18. 哪些天然食物含铜丰富
19. 肝豆状核变性是慢性铜中毒引起的吗
20. 急性铜中毒为啥多见于幼儿

#### 四 铁——造血系统滋养剂

21. 铁有哪些生物学作用
22. 影响铁吸收的因素有哪些
23. 缺铁性贫血儿童有哪些临床症状
24. 诊断缺铁性贫血常用哪些检查项目
25. 给孩子服补铁制剂为啥要慎重
26. 哪些天然食物含铁丰富
27. 孩子天天喝牛奶为啥还贫血
28. 用铁锅炒菜好吗
29. 铁强化酱油用于儿童安全有效吗
30. 服铁制剂应注意哪些问题
31. 何谓铁粒幼细胞性贫血和血色病

#### 五 碘——甲状腺功能维护剂

#### 六 硒——机体自身稳定剂

#### 七 铬——血糖调节剂

#### 八 钴——红细胞保护剂

#### 九 锰——骨骼强化剂

#### 十 钼——少儿发育促进剂

#### 十一 氟——固齿剂

#### 十二 钒——骨骼牙齿生长剂

#### 十三 镍——红细胞再生促进剂

#### 十四 锶——骨质构成剂

<<小精灵蕴含大能量>>

- 十五 锡——发育迟缓促进剂
  - 十六 硅——结缔组织保养剂
  - 十七 硼——肌组织生长剂
  - 十八 砷——白血病治疗剂
  - 十九 锗——保健制剂
  - 二十 锂——12岁以下儿童的禁用剂
  - 二十一 铅——环境污染剂
  - 二十二 汞——得不偿失的美白剂
  - 二十三 铝——肾性骨软化诱导剂
  - 二十四 电解质——机体内环境平衡剂
  - 二十五 生活小常识
- 表格索引

## <<小精灵蕴含大能量>>

### 章节摘录

版权页：插图：小儿遗尿，还有一个不可忽视的病因：缺锌。

缺锌使各种含锌酶活性降低，导致氨基酸代谢紊乱，含胱氨酸和牛黄酸的物质数量明显减少。

牛黄酸对中枢神经元起抑制作用。

当然，不只是牛黄酸，一些中性氨基酸如 $\gamma$ -氨基丁酸、丙氨酸等，对中枢神经元均表现出抑制作用。

补锌后，能增强对初级排尿中枢的抑制作用。

要想纠正小儿遗尿，首先要养成睡前排尿的习惯，控制饮水。

掌握患儿遗尿时间，及时唤醒，建立条件反射，逐渐培养其有尿意即能觉醒的意识。

重视心理治疗，尽力消除患儿的紧张、恐惧或满不在乎的情绪，增强战胜疾病的信心。

在选用甲氯芬酯、缩泉丸、遗尿散等药物治疗前可试用补锌疗法，或在使用药物治疗的同时，辅以补锌疗法，往往能获得意想不到的效果。

如果患儿的饮食习惯是偏重素食，则应适当增加一些肉、蛋、奶及坚果类富锌食品。

在所有富锌食品中，当首选牡蛎，它每100克中含锌9.49毫克。

所以，试服一疗程龙牡壮骨冲剂，有益无害。

牡蛎咸涩微寒无毒，《名医别录》记载：“涩大小肠，止大小便。

”所以，用牡蛎治遗尿，既符合传统中医药辨证法则，也符合现代药理。

<<小精灵蕴含大能量>>

编辑推荐

《小精灵蕴含大能量:微量元素与少儿健康120问》是由人民军医出版社出版的。

<<小精灵蕴含大能量>>

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>