

图书基本信息

书名：<<顶级专家教你无病一身轻-百家健康讲坛>>

13位ISBN编号：9787534422010

10位ISBN编号：7534422019

出版时间：2007-2

出版时间：江苏美术

作者：刘克玲，戎东贵主

页数：216

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>

## 内容概要

《名家讲稿》的作者不仅有健康教育专家，还有具有丰富经验的临床医生，长期从事教学、科研的专家，以及多年从事卫生管理的学者。

他们的特点是将深奥的医学专业内容，转化为一般群众能够看懂的科普作品，真正能使读者“一看就懂，一学就会，一用就灵”。

所以，《名家讲稿》的每篇文章都受到读者的欢迎。

许多读者来信反映说，他们“每期必看，一期不看心发慌”；还有不少读者看病时，手拿《名家讲稿》文章，以便更好地与医生交流。

最近，中国健康教育协会与《精品健康导刊》社合作，在有50余位专家撰写的100多篇“名家讲稿”的基础上整理结集，推出《百家健康讲坛》丛书。

丛书浓缩全国健康教育首席专家和其他著名专家的优秀演讲报告，撷取精粹，以飨读者。

## 书籍目录

打好心血管疾病的防御战控制高血压，享受美好人生怎样防治脂肪肝“五个高”——健康的大滑坡谈  
谈肥胖症的饮食和运动脑卒中的前因后果正确认识心律失常癌症并不可怕了解爆发中的糖尿病警惕“  
寂静的杀手”——老年骨质疏松防病抗衰的两大法宝男人，保护好你的生殖功能

章节摘录

打好心血管疾病的防御战 胡大一 心血管疾病已成为全球卫生保健和卫生资源的沉重负担。据世界心脏联盟统计,在全世界范围内,每死亡3人,就有1人的死因是心血管病症。该统计材料还显示,80%死于心血管疾病的人来自于中低收入国家和地区,而且这些国家和地区心血管疾病的死亡率随着肥胖症患者和吸烟人数的增加继续呈上升趋势,心血管疾病的死亡率仍远远高于包括癌症、艾滋病在内的其他疾病,它的危害无年龄、身份、地域之分,并且已经逐渐升至为威胁人类健康的“第一杀手”。

预计2020年,心肌梗死和脑卒中将从目前死因的第5位与第6位上升至第1位和第4位,全球心血管病死亡率将增力D50%,高达2500万人,其中1900万人发生在发展中国家。

为唤起公众对心血管疾病及其危险因素(肥胖、高血压、缺乏运动、营养失衡、吸烟等)的关注,世界心脏联盟(World Heart Federation)将每年9月的最后一个星期日定为世界心脏日(World Heart Day)。

WHF的宗旨是帮助全球各国人民通过预防、控制冠心病和脑卒中,延长人类的寿命,尤其关注发展中国家心血管疾病的防治,唤起公众关注心血管疾病的预防,组建防治心血管疾病的多个相关学科参与的非政府机构与政府相应的职能部门组成的国际性广泛联盟,构筑心血管疾病的全面防线。

这个全面防线包括五个层面: 第一条防线 防发病——一级预防 .....

媒体关注与评论

书评中国健康教育协会会长殷大奎推荐序。

全国健康教育首席专家：胡大一、郭冀珍等精彩亮相，顶级专家为您送来“健康大礼包”！

一流专家阵容，最新健康理念，实用健康大全，防病治病宝典。

中国有句古话“防患于未然”，中国《黄帝内经》几千年前就挑明了“上医治未病”。

就是在没发病的时候去防病，就是对多重危险因素在源头的综合控制，就是将我们防病治病的重点从“下游”转到“上游”，这是一个非常重要的医学模式的转换。

北京大学兼首都医科大学教授、博士研究生导师胡大一 妄投补药，如同在使用毒药，危害之大，远远超过身体本身的疾患，就好比是一种催化剂，推动了体内毒素的滋生和系列。

中国老年学学会中医研究委员会副主任委员郭志红 高血压，表面上看是一种独立的疾病，实际上是心、脑血管病变的一个重要的危险因素。

要预防心脑血管事件的发生，控制高血压是一个重要而单一的突破口 上海交通大学附属瑞金医院临床高血压科、上海市高血压研究所主任医师、教授郭冀珍 吃甜食本身倒不会引起糖尿病，但到了糖尿病已经“万事具备”的时候，大量甜食可能就是那个“东风”了，会使已经疲惫不堪的胰岛像一匹累垮了的马一样不再工作，血糖一下就升到了诊断糖尿病的水平。

北京协和医院内分泌科副主任、北京协和医院糖尿病中心主任 向红丁将健康进行到底！

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>