

<<糖尿病运动.药物.心理调养278招>>

图书基本信息

书名：<<糖尿病运动.药物.心理调养278招>>

13位ISBN编号：9787543322684

10位ISBN编号：7543322684

出版时间：2008-1

出版时间：天津翻译

作者：李艳玲 编

页数：212

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>

<<糖尿病运动.药物.心理调养278招>>

内容概要

本书作者根据丰富的临床经验，结合中医和国外最新理论，针对中国人患糖尿病的不同病因，提出了运动、药物、心理的综合疗法，在临床实践中取得了较好的效果，延缓了并发症的发生，使患者树立了战胜疾病的乐观精神，提高了患者的物质生活和精神生活的质量。

<<糖尿病运动.药物.心理调养278招>>

书籍目录

第一篇 糖尿病的运动治疗 第一章 认识运动 1.什么是运动疗法?在糖尿病管理中起什么样的作用
2.什么是“一三五七”运动法 3.运动对糖尿病有什么作用 4.体育锻炼可降低糖尿病患者的死亡率
5.糖尿病患者应遵循什么运动原则 6.为什么要坚持运动锻炼 7.如何提高运动的积极性
8.坚持运动有什么窍门 9.什么是运动处方 10.如何制定运动处方 11.运动处方真的能降低
血糖吗 12.糖尿病患者运动时应掌握哪些“宜忌” 13.糖尿病患者适合选择什么样的锻炼方式
14.糖尿病患者选择运动方式与体重有关吗 15.老年肥胖的2型糖尿病患者如何运动 16.如何掌握
运动量 17.怎样的运动量才是防治糖尿病最有利,对自己最适合的 18.为什么要做运动记录 19.
糖尿病患者运动时应该注意哪些问题 20.什么时间去锻炼最合适 21.晨练好不好 第二章 现代运动
22.什么是步行疗法 23.散步对糖尿病患者有何益处 24.散步应选择什么样的场地 25.步
行应注意什么 26.散步有几种 27.什么是普通散步法 28.什么是快速散步法 29.什么是定
量散步法 30.什么是摆臂散步法 31.什么是摩腹散步法 32.什么是雨中散步法 33.雨中散
步应注意什么 34.什么是赤足散步法 35.赤足散步应注意什么 第三章 传统运动 第二篇
糖尿病的治疗 第一章 糖尿病的西药治疗 第二章 糖尿病治疗理念的转变 第三章 糖尿病的中医药
治疗 第三篇 糖尿病非药物的传统治疗 第一章 糖尿病的按摩疗法 第二章 糖尿病拔罐疗法 第四篇
糖尿病的心理康复 第五篇 糖尿病监测 第六篇 糖尿病教育

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>