第一图书网, tushu007.com

<<科学减肥72问>>

图书基本信息

书名：<<科学减肥72问>>

13位ISBN编号：9787800227776

10位ISBN编号：7800227774

出版时间：1994-02

出版时间：金盾出版社

作者：李敬

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

第一图书网, tushu007.com

内容概要

内容提要
本书介绍了测量人体重量的科学方法，分析了人体肥胖的原因及
其危害，重点阐述了减肥的科学原理与正确方法。
取材严谨，叙述通俗，
可供希望减肥的读者和基层医护人员阅读参考。

第一图书网, tushu007.com

书籍目录

目录

1.人体重量的主要组成部分有哪些？

2.体重与身高有什么关系？

3.年龄和体重有什么关系？

4.性别对体重有什么影响？

5.什么是正常体重？

6.什么是理想体重？

7.肥胖与超重的标准是什么？

8.人体脂肪组织分布的特点是什么？

9.怎样测量人体脂肪含量？

10.肥胖与肥胖病的区别是什么？

11.引起肥胖的疾病有哪些？

12.肥胖会遗传吗？

13.肥胖与能量代谢有什么关系？

14.肥胖与饮食有什么关系？

15.肥胖与运动有什么关系？

16.社会环境对肥胖病的发生有什么影响？

17.肥胖者寿命短吗？

18.肥胖会引起糖尿病吗？

19.肥胖与高血压有什么关系？

20.肥胖对心脏有什么影响？

21.肥胖病脂质代谢异常的原因有哪些？

22.肥胖病都有脂肪肝吗？

23.为什么肥胖者胆囊病变的发生率高？

24.过度肥胖出现呼吸困难是怎么回事？

25.肥胖对大脑功能有什么影响？

26.精神异常者中胖人多的原因是什么？

27.肥胖与痛风的发生有什么关系？

28.肥胖者易患癌症吗？

29.肥胖对生长发育有影响吗？

30.肥胖会引起性功能减退吗？

31.胖人常伴有下肢浮肿的原因是什么？

32.肥胖引起的骨关节疾病有哪些？

33.甲状腺功能与肥胖有什么关系？

34.肾上腺皮质功能与肥胖有什么关系？

35.肥胖者胃肠道功能有什么改变？

36.肥胖对血液系统有什么影响？

37.儿童肥胖的原因是什么？

38.儿童肥胖有什么危害？

39.如何判断儿童是否肥胖？

40.中老年肥胖患病率增高的原因是什么？

41.中老年肥胖有什么特点？

42.治疗肥胖的适应证是什么？

43.减肥治疗前应注意些什么？

44.治疗肥胖病的方法有哪些？

45.治疗肥胖病的关键是什么？

46.如何选择减肥方法？

47.肥胖者如何进行饮食治疗？

48.低热量食谱如何计算？

49.肥胖者如何选择食物品种？

50.减肥的体育疗法有哪些？

51.如何选择体疗方法？

52.日常锻炼在减肥治疗中有何意义？

53.热疗减肥是怎么回事？

54.气功减肥有效吗？

55.用于减肥的西药有哪些？

56.西药减肥的适应证和注意点是什么？

57.外科治疗肥胖病的方法有哪些？

58.外科治疗肥胖病的适应证及注意点是什么？

59.中医治疗肥胖病有哪些独到之处？

60.中医对肥胖病的辨证分型包括哪几方面？

61.中药减肥的方剂有哪些？

62.针灸减肥的方法有哪些？

63.耳针减肥如何取穴？

64.中西医结合治疗肥胖病有哪些特点？

65.如何评定减肥治疗是否有效？

66.减肥治疗过程中应注意些什么？

67.治疗儿童肥胖有哪些特殊之处？

68.如何预防儿童期肥胖？

69.妊娠期肥胖有什么危害？

第一图书网, tushu007.com

70.孕妇如何预防肥胖的发生？

71.预防肥胖在成年人保健中有什么意义？

72.如何计算摄入食物的含热量？

附录一 各类食物营养成分表
附录二 食物的胆固醇含量
附录三 食物嘌呤含量

第一图书网, tushu007.com

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