

《减肥与健康》

图书基本信息

书名：《减肥与健康》

13位ISBN编号：9787508718705

10位ISBN编号：7508718704

出版时间：2008-1

出版社：中国社会出版社

作者：陈祥

页数：170

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《减肥与健康》

内容概要

《减肥与健康》深入浅出，以科学、规范的语言阐述了肥胖的诱因和肥胖对健康的危害；从饮食、运动、药物、中医及手术等几方面介绍了减肥的知识和方法；同时以科学的态度指出有关减肥的一些错误认识和错误做法。为我们选择科学的减肥方法提供了参考和指导。随着社会的进步和发展，随着卫生知识的普及，肥胖与健康的关系越来越为人所重视。由于生活水平的提高和生活习惯的改变，肥胖人群呈逐渐增大趋势，而与肥胖有关的多种疾病，亦在危害着人们的健康。了解和认识肥胖，改变一些不良习惯，从而倡导一种科学、有益的生活方式，是人们所期盼的。

《减肥与健康》

书籍目录

第一部分 认识肥胖1.肥胖是一种当今“ 流行病 ” 2.什么是肥胖3.什么是肥胖症4.我国最新成人肥胖标准是什么5.怎样计算婴幼儿标准体重6.小儿体重有何变化规律7.肥胖有哪些类型8.如何测定局部体脂分布9.什么是向心性肥胖和全身匀称性肥胖10.女性肥胖为什么分为苹果型和梨型体形11.超重等于肥胖吗12.什么是单纯性肥胖13.什么是体质性肥胖14.什么是过食性肥胖15.什么是病理性肥胖16.临床上诊断肥胖病常用方法有哪些17.单纯性肥胖症患者的实验室检查会有哪些变化18.继发性肥胖症患者的实验室检查会有哪些变化19.为什么现在肥胖的人好像越来越多20.肥胖就是营养过剩吗21.局部脂肪堆积算是肥胖吗22.不同年龄和性别的人肥胖有区别吗23.导致单纯性肥胖的病因和发病机理24.褐色脂肪与肥胖25.肥胖有哪些临床表现26.肥胖之前有什么预兆吗27.哪些人容易发生肥胖28.从事何种职业的人容易肥胖29.什么是隐性肥胖30.“ 洋快餐 ” 与肥胖有关吗31.看电视会导致肥胖吗32.不吃早餐也会长体重吗33.嗜好零食等于胖从口入吗34.精细食物可助长肥胖吗35.过度饮酒易肥胖吗36.戒烟会引起肥胖吗37.肥胖症患者应该如何面对甜食的诱惑38.睡眠不足也会导致肥胖吗39.心理因素也可引起肥胖吗40.心广、心忧皆体肥吗41.儿童期肥胖的原因有哪些42.孩子生下来胖，是不是就意味着先天“ 足 ” 43.小时候胖，长大后一定会胖吗44.为什么肥胖症多在5岁以后开始45.青少年肥胖与家庭教育46.哪些坏习惯可导致少儿肥胖47.导致孩子肥胖的因素有哪些48.孩子肥胖有心理因素吗49.青春期为什么易发胖50.什么是妊娠性肥胖.....第二部分 减肥方式第三部分 减肥常识

章节摘录

第一部分 认识肥胖 15. 什么是病理性肥胖 病理性肥胖包括的范围比较广，但主要指由于某种疾病（神经活动、内分泌功能失调等）引起的肥胖，如柯兴氏综合症、缺钾性肥胖、肝炎后肥胖等，又称“新陈代谢失常性肥胖”。引起继发性肥胖症的病因比较复杂，常见有以下几类： 内分泌代谢紊乱所引起的继发性肥胖症：可以由各种下丘脑垂体疾病，如肿瘤、创伤、炎症或肥胖性生殖无能综合征等引起；可以因胰岛、细胞瘤、皮质醇增多症、甲状腺功能减退、性腺功能低下、多囊卵巢综合征等疾病引起。 遗传性因素：如性幼稚—色素性视网膜炎，多指（趾）畸形综合征等均可以引起肥胖。 其他原因引起的继发性肥胖症：a. 神经源性肥胖：如周期性麻痹和嗜睡综合征（又称Kleine—L. evin综合征）。 b. 各种药物：如胰岛素、雌激素、口服避孕药和糖皮质激素等也可以导致继发性肥胖症的发生。 其中，成人以甲状腺功能低下性肥胖为多见，儿童以下丘脑性肥胖为最多，单纯性肥胖出现较严重的并发症也意味着肥胖已成为病理性肥胖。

《减肥与健康》

编辑推荐

《减肥与健康》不仅给我们带来了知识，同时也为休闲生活添加了一道文化佳肴。读书裨益，不过如此。

《减肥与健康》

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:www.tushu000.com