

《骨质疏松症常识问答》

图书基本信息

书名：《骨质疏松症常识问答》

13位ISBN编号：9787541634772

10位ISBN编号：7541634778

出版时间：2009-12

出版社：云南科学技术出版社

页数：84

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

《骨质疏松症常识问答》

内容概要

骨骼是人体站立行走的支架，人体的运动与骨骼系统密不可分。骨质疏松症在中年时就可能发生，它严重影响人们的生活质量，特别是老年时，它更成为腰腿痛的重要原因。随着生活水平的提高，人们进食肉类食物比例越来越高，而含矿物质类食物比例越来越少，一方面形成营养过剩，另一方面又存在营养不良。人体骨骼最重要的矿物质——钙的缺乏，加之养尊处优的生活使运动量减少是导致骨质疏松症的重要原因。为了普及骨质疏松症的常识，使大家了解它的成因，并积极进行预防：从青年时就注重合理膳食、适量运动、戒烟限酒、心理平衡、良好睡眠，使其成为预防骨质疏松症的第一道防线。必要的补钙，增强运动，特别是中年女性在经期紊乱，出现更年期症状时，应在医师指导下补充雌激素、钙，并保持运动，不但能大大减轻更年期症状，还能防治骨质疏松，从而降低腰腿痛、病理性骨折的发生率。

《骨质疏松症常识问答》

书籍目录

一、人体骨骼及骨质疏松症基础知识 1. 骨的基本成分有哪些？ 2. 什么是骨基质？ 3. 骨组织内有哪些细胞，各有什么作用？ 4. 骨的基本结构有哪些？ 5. 骨骼有哪些功能？ 6. 骨骼是怎样生长和发育的？ 7. 骨的血液供应有何特点？ 8. 骨骼有神经支配吗？ 9. 骨的钙化过程是怎样的？ 10. 骨在老化过程中有何变化？ 11. 骨是怎样代谢的？ 12. 骨中的钙、磷、镁是怎样代谢的？ 13. 哪些维生素与骨代谢有关？ 14. 激素对骨有什么影响？ 15. 哪些酶与骨的关系密切？ 16. 微量元素对骨代谢有何影响？ 17. 什么是骨量？ 18. 人一生中骨量有何变化？ 19. 影响人体骨量的因素有哪些？ 20. 在骨的发育过程中有几种骨化形式？ 21. 骨是如何钙化的？ 22. 骨重建和塑型的特点是什么？ 23. 机械应力对骨有何影响？ 24. 人一生中骨质是怎样变化的？

二、骨质疏松症的表现及常用检查方法 三、骨质疏松症有预防 四、骨质疏松症治疗及康复

《骨质疏松症常识问答》

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