

图书基本信息

书名：<<中国成人超重和肥胖症预防控制指南>>

13位ISBN编号：9787117074360

10位ISBN编号：7117074361

出版时间：2006-4

出版时间：人民卫生出版社发行部

作者：本社

页数：49

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>

<<中国成人超重和肥胖症预防控制指>>

内容概要

肥胖目前在全世界呈流行趋势。

肥胖既是一个独立的疾病，又是2型糖尿病、心血管病、高血压、脑卒中（中风）和多种癌症的危险因素，被世界卫生组织列为导致疾病负担的十大危险因素之一。

我国目前体重超重者达22.4%肥胖者为3.10%，因此预防和控制肥胖症已成为刻不容缓的任务。

超重和肥胖症的防治不单纯是个人问题，应引起全社会的关注与支持。

从宣传、教育和健康促进入手，做好社区人群的监测和管理，及时发现高危个体及可能伴发的并发症，并进行具体指导，也应成为社区卫生服务的重要内容。

本指南的目的是帮助第一线卫生保健人员提高对超重和肥胖的认识、了解开展防治措施的原则和具体方法，也可供具有一定知识水平的个人作为参考。

书籍目录

1 引言 2 肥胖程度的评价和分类 2.1 体重指数 2.2 腰围 2.3 肥胖程度的分类 3 肥胖症的流行病学特点
3.1 在各国流行广泛 3.2 全球增长迅速 4 肥胖症发生的主要因素 4.1 遗传因素 4.2 环境和社会因素
4.2.1 进食过量 4.2.2 体力活动过少 4.2.3 社会因素 5 超重和肥胖症的危害 5.1 超重、肥胖与其相关疾病
5.1.1 高血压 5.1.2 2型糖尿病 5.1.3 血脂异常 5.1.4 冠心病和其他动脉粥样硬化性疾病
5.1.5 脑卒中 5.1.6 某些癌症 5.1.7 其他疾病 5.2 超重和肥胖导致的社会和心理问题 6 肥胖症的干预
6.1 干预原则 6.2 干预策略与措施 6.3 肥胖症防治流程 6.4 高危个体的处理
6.4.1 合理安排饮食 6.4.2 加强体力活动和锻炼 6.4.3 行为疗法 6.4.4 药物治疗 6.4.5 外科手术治疗
7 特殊人群的处理 7.1 女性 7.2 老年人 7.3 吸烟者 8 附录 I 体重指数测量方法 腰围和臀围测量方法
世界卫生组织对成人体重指数的分类 不同身高和体重者的BMI值及超重和肥胖分类图(按推荐的我国标准)
低能量膳食 几种主要食物类的能量和产能营养素 不同活动/运动类型的能量消耗

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>