

<<激素平衡与女性健康>>

图书基本信息

书名：<<激素平衡与女性健康>>

13位ISBN编号：9787121037238

10位ISBN编号：7121037238

出版时间：2007-1

出版时间：电子工业出版社

作者：卡罗琳·迪安

页数：244

字数：260000

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>

<<激素平衡与女性健康>>

内容概要

情绪波动，体重增加，疲倦不堪……这并不可怕，可怕的是你没意识到你的激素不正常了，而且你不知道下一步该怎么做。

有了《激素平衡与女性健康》这本书作为指导，你就可以采用传统的解决办法和其他方法，永远摆脱激素不平衡所导致的恼人症状。

不论你多大年纪，存在什么问题，医学权威和自然疗法专家卡罗琳·迪安医生会帮你制定计划-使你恢复激素平衡，重塑健康自我。

本书充满了关于女性身体各个方面的信息：经前期综合征的真相，对每月一次的难题的解答，例如腹胀和痛经，围绝经期的产生和形式，对激素替代疗法和天然激素的介绍和评价，骨质疏松症的预防方法，运动在激素循中所起到的作用。

健康激素的饮食提示——如何吃对身体有好处的食物，如何补充营养物质。

通过这些可靠而简单的信息和诸多的预防计划，本书帮助你重回自然-在智力上、身体上，以及精神上！

<<激素平衡与女性健康>>

作者简介

卡罗琳·迪安，医学博士，自然疗法专家。

迪安医生有着丰富的从业经历，定期为美国许多医学杂志，比如Natural Health、Women's Health等撰写文章。

迪安医生经常作为全科医学专家被邀请参加ABC、Fox、CBS和NBC的健康类节目。

<<激素平衡与女性健康>>

书籍目录

1 现在, 谁在忍受疾病的痛苦 理想的生命周期 我的激素出了什么问题 干扰自然过程的避孕药 谨慎对待避孕药 生育药 甲状腺和肾上腺 令女性表现很糟糕的经前期综合征 围绝经期与绝经期 避孕替代方法及其他 2 违背的诺言: 激素替代疗法的历史 激素替代疗法的研发历程 绝经期药品行业的营销 男性服用雌激素治疗心脏病 雌激素的副作用 寻找雌激素替代疗法的好处 对雌激素的裁判 女性健康初步研究的结果宣告后的反应 女性健康初步研究的起始 女性健康初步研究与股市 魔法子弹不再存在 FDA的建议 放弃激素替代疗法 3 激素的六重奏: 下丘脑, 垂体, 甲状腺, 甲状旁腺, 肾上腺, 卵巢 激素失调 激素的和谐 下丘脑——王后 垂体——国王 甲状腺——公主 甲状旁腺 肾上腺 卵巢——双胞胎 胰腺——王权后面的胰岛素 松果体 大脑激素 4 嫌疑惯犯: 雌激素、黄体酮和睾丸素 激素的起源 我接触雌激素的历史 三姐妹——雌酮、雌二醇和雌三醇 雌三醇——孕期雌激素 雌二醇——发电站 雌酮——雌激素的终结 雌激素的作用 我接触黄体酮的历史 什么是黄体酮 黄体酮用 雌激素与黄体酮的比较 雌激素过多 雌激素过多是如何形成的 雌激素过多与癌症 与黄体酮对睾丸激素 青春素是什么 5 应激激素打破平衡 关于压力 女性与压力 关于肾上腺 肾上腺衰竭的上腺与血糖应激 能量消耗 关于可的松 无处不在的压力 可的松与体重 释放压力 缓解压力的物质性化学物质: 外源性雌激素陷阱 环境中的化学物质 谁在控制环境 环境医学 从杀虫剂滴滴涕开始 学家们对化学物质的关注 科学家们畅所欲言 我们被偷走的未来 对杀虫剂的研究 我们是实验品 性雌激素对性激素的影响 外源性雌激素推动青春期提前 数量减少的精子 拯救环境 7 解决外源性雌激素危机 女性的规律8 围绝经期: 一种新的疾病吗9 绝经期: 到底是一种疾病吗 10 婴儿潮一代人的骨的流失 11 平衡激素的饮食和运动计划 12 补充天然激素 13 生物相同性激素和合成激素

<<激素平衡与女性健康>>

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:<http://www.tushu007.com>