

<<赵进喜谈糖尿病养生>>

图书基本信息

书名：<<赵进喜谈糖尿病养生>>

13位ISBN编号：9787510024498

10位ISBN编号：7510024498

出版时间：2010-7

出版时间：世界图书出版公司

作者：赵进喜

页数：212

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>

<<赵进喜谈糖尿病养生>>

前言

近年来，随着经济和社会的发展，人口的老龄化，生活方式的西方化。心脑血管病、肿瘤、糖尿病等多种现代难治病的发病率逐年增加，严重困扰着国际医学界，使社会和家庭的负担日益加重。

怎么办？

面对这种紧张的形势，国内外许多有识之士。

开始对我们的生活方式、行为方式进行反思，越来越多的现代难治病患者，开始寄希望于中医。

那么中医究竟是如何治疗疾病的呢？

对于这些现代难治病的预防、治疗、调养、护理，中医究竟有何见解？

在当今国人健康意识越来越强，对中医保健养生知识需求日益迫切的情况下。

发动中医名家编写一套有关中医养生保健与现代常见难治病防治与调护的著作。

就相关领域常见病的防治话题进行深入浅出地讲解，以传播真正科学的健康知识，必然有利于中医养生保健知识的普及和多种现代难治病防治水平的提高！

<<赵进喜谈糖尿病养生>>

内容概要

《赵进喜谈糖尿病养生》主要内容为近年来，随着经济和社会的发展，人口的老龄化，生活方式的西方化。

心脑血管病、肿瘤、糖尿病等多种现代难治病的发病率逐年增加，严重困扰着国际医学界，使社会和家庭的经济负担日益加重。

怎么办？

面对这种紧张的形势，国内外许多有识之士。

开始对我们的生活方式、行为方式进行反思，越来越多的现代难治病患者，开始寄希望于中医。

<<赵进喜谈糖尿病养生>>

作者简介

赵进喜，医学博士，教授，主任医师，博士研究生导师。

先后师从黄文政教授、王永炎院士、吕仁和教授和魏民教授，是著名中医肾病糖尿病专家吕仁和教授学术继承人。

现为国家“十一五”科技支撑计划糖尿病肾病项目负责人，国家中医药管理局中医内科内分泌重点学科带头人，北京中

<<赵进喜谈糖尿病养生>>

书籍目录

第一篇 预防先行 养成良好的生活习惯 第一讲 要有正确的健康观念 2 第二讲 “早”字当头, “上工治未病” 第三讲 饮食有节。
把好“病从口入”关 第四讲 适当运动, 保持良好的体形
第二篇 积极治疗 中西医结合显优势
第一讲 1型糖尿病, 胰岛素配合中医有优势 第二讲 2型糖尿病, 中医药辨证治疗有特色 第三讲 “三位一体”辨体质、辨病、辨证并重 第四讲 取长补短, 中西医综合治疗糖尿病显疗效
第三篇 既病防变 对糖尿病并发症说“不” 第一讲 自我监测是有效防治并发症的基础 第二讲 糖尿病并发症防治之一——爱眼 第三讲 糖尿病并发症防治之二——益肾 第四讲 糖尿病并发症防治之三——护足 第五讲 糖尿病并发症防治之四——保心 第六讲 糖尿病并发症防治之五——健脑
第四篇 三分治七分养 糖尿病调养有方 第一讲 糖尿病患者调养方案之一——心理调适方案 第二讲 糖尿病患者调养方案之二——食谱配比方案 第三讲 糖尿病患者调养方案之三——细化运动方案 第四讲 糖尿病患者调养方案之四——健康宣教与家庭护理方案 第五讲 糖尿病患者调养方案之五——定期检查方案 第六讲 糖尿病患者调养方案之六——四季养生方案

<<赵进喜谈糖尿病养生>>

章节摘录

实际上，对于健康的概念，世界卫生组织（WHO）有明确的定义，指出：“健康不仅是人免于疾病和虚弱，而且是保持身体上、精神上和社会适应方面的完整状态。”近年来。

学术界又将人的道德行为列入健康定义之内，这就使健康包含了四个方面的内容：身体健康、心理健康、社会适应良好、道德健康。

身体健康就是一般所说的人体生理的健康。

心理健康具有三个方面的标志。

第一，具备健康心理的人，人格是完整的，应该具有良好的自我感觉，情绪稳定，积极情绪多于消极情绪，自控能力较强，能保持心理平衡。

具有自尊、自爱、自信和自知之明。

第二，在自己所处的环境中，有安全感。

而且人际关系能保持正常，可以得到别人的欢迎和信任。

第三，对未来有明确的生活目标，切合实际，有进取心，有理想，有事业追求。

社会适应良好主要是指一个人的心理活动和行为能适应当时复杂的环境变化，能为他人所理解，能为大家所接受。

道德健康最主要的是满足自己的需要不能以损害他人利益为前提，应该具有辨别真伪、善恶、荣辱、美丑等是非观念的能力，能够按照社会行为规范的准则约束、支配自己，并能为他人的幸福作出贡献。

<<赵进喜谈糖尿病养生>>

编辑推荐

遍请名家高人开坛传授养生之道 中医名家为您量身成就健康之路 国家中医药管理局中医
内科 内分泌重点学科带头人 世界中医药学会联合会 糖尿病专业委员会秘书长 我们愿
为一盏灯 为医海迷航者指路 我们愿为一条船 把病患者送向健康的彼岸 最权威的养生
专家 最新的健康概念 最科学的保健方法 最佳的生活方式 一本大众迫切需要的健康书

<<赵进喜谈糖尿病养生>>

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>