

<<瘦身革命>>

图书基本信息

书名：<<瘦身革命>>

13位ISBN编号：9787501160334

10位ISBN编号：7501160333

出版时间：2003-2

出版时间：新华出版社

作者：（美）里瓦斯

页数：178

字数：100

译者：葛雪蕾

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>

## <<瘦身革命>>

### 内容概要

减轻体重的传统手段包括改变饮食、增加有氧运动和改变行为模式。

不幸的是，这些手段对许多患者根本不在意。

从长期来看，它们似乎只对极少数人奏效。

对这些患者而言，用减食欲制剂加以治疗可能会有所帮助。

在本书中，保罗·里瓦斯博士借助于专业知识和敏锐的洞察力探索了这一复杂的领域。

根据自己治疗肥胖症的广泛临床经验、敏锐的临床直觉和对医学著作的广泛了解，里瓦斯博士把这个复杂问题变得浅显易懂。

他为想要减轻体重的人提供了有益的实例和建议。

对于所有实施减肥计划的人，以及所有谋求进一步了解肥胖症、其病因和治疗方法的人，我都大力推荐他们阅读这本书。

## <<瘦身革命>>

### 作者简介

保罗·里瓦斯，医学博士，毕业于马里兰大学医学院。

作为一位经过委员会认证的内科和肥胖症治疗专家，他在过去八年里成功治疗了一万多名存在体重问题的患者。

世界各地的患者前来向他求珍。

他在锋学期刊上发表关于肥胖症的临床论文，并且为法国巴黎的一家肥胖症诊所担任顾问。

## <<瘦身革命>>

### 书籍目录

前言

介绍

第一章关于肥胖的概况

第二章寻找难以捉摸的脂肪储存开关

第三章从开关到开关板

第四章N-类别：普遍型

第五章S-类别：抑郁关联

第六章D-类别：所有快乐的根源

第七章C-类别：如果问题出在通心粉上

第八章猜猜什么不奏效

第九章不合作的医生

第十章把开关保持在“关”的位置

第十一章选择健康的饮食

第十二章为了良好的感觉而锻炼

第十三章我们的孩子和我们的父母

第十四章给男性的专门建议

第十五章寻常的问题和不寻常的答案

<<瘦身革命>>

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>