

<<甲状腺疾病饮食与中医调养>>

图书基本信息

书名：<<甲状腺疾病饮食与中医调养>>

13位ISBN编号：9787509126189

10位ISBN编号：7509126185

出版时间：2009-5

出版单位：人民军医出版社

作者：王兴国，白长川 主编

页数：193

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>

<<甲状腺疾病饮食与中医调养>>

前言

一次，我去某单位为老干部们做饮食营养讲座，在讲座的间隙，组织者跟我交流，说他体检发现甲状腺长了结节，这几天正在大吃海带补碘。

这让我非常吃惊，因为他犯了一个严重的错误。

一直以来，人们对缺碘导致的地方性甲状腺肿（俗称“大脖子”病）认识比较多，这缘于政府及有关机构对碘缺乏病的深入持久的宣传。

不过，现在的情况已经有了很大的变化，随着全民食用加碘盐政策的实行和加碘盐的普及（监测数据显示，加碘盐的合格率和普及率都在90%以上，很多地区更是接近100%），地方性甲状腺肿等碘缺乏病在国内大部分地区的绝大部分城市已经基本消除，而且，根据国家政策部署，很快将全面消除碘缺乏病。

因此，目前的甲状腺疾病基本与缺碘无关。

少数还没有消除碘缺乏病的偏远地区或特殊地区例外。

恰好相反，大量的证据表明，常见的甲状腺疾病，如甲状腺结节、甲状腺功能亢进症（甲亢）或甲状腺功能减退症（甲减）、甲状腺炎、甲状腺腺瘤、甲状腺癌等往往与碘过量有关，摄入过量的碘反而对这些疾病的治疗和

<<甲状腺疾病饮食与中医调养>>

内容概要

编者将现代营养学和传统中医调养理论相结合，在引领读者认识甲状腺、了解甲状腺疾病的基础上，细致地介绍了碘与甲状腺疾病的关系、各类甲状腺疾病患者的日常饮食原则、膳食要点、宜食食物及相关病症的饮食疗法、中医治疗甲状腺疾病的方案等。

本书既继承了传统医学理论，又彰显了现代营养学及甲状腺疾病临床研究的精华，适合甲状腺疾病患者及其家属阅读参考。

<<甲状腺疾病饮食与中医调养>>

作者简介

王兴国，营养学副教授，副主任营养师，大连市营养学会常务理事、大连市预防医学会营养与食品卫生委员会委员。

1993年，他毕业于中山医科大学（现中山大学）医学营养学系，师从著名营养学家何志谦教授，是国内最早期的营养学本科毕业生之一。
十余年来，他一直在大连医科

<<甲状腺疾病饮食与中医调养>>

书籍目录

第1章 读懂主要术语 甲状腺 甲状腺激素 T4和T3 尿碘中位数 促甲状腺激素 甲状腺结节 甲状腺超声 甲状腺细针穿刺细胞学检查 “冷结节”和“热结节” 甲状腺素片试治疗 颈腔镜甲状腺微创手术 甲状腺功能亢进症（简称甲亢） 突眼 抗甲状腺药物 放射碘治疗 单纯性甲状腺肿 甲状腺炎 甲状腺腺瘤 甲状腺癌 甲状腺功能减退症 碘的推荐摄入量 碘缺乏病 地方性甲状腺肿 地方性克汀病（呆小症） 碘过量 缺碘地区 加碘盐 全民食用加碘盐 无碘盐 三大营养素 食物结构 瘰病和瘰气 肝郁气滞证 气阴两虚证 痰 验方 药膳 针灸第2章 了解甲状腺 甲状腺 甲状腺激素 促甲状腺激素第3章 正确认识各种甲状腺疾病 甲状腺结节 甲状腺功能亢进症 其他甲状腺疾病第4章 碘与甲状腺疾病 自然界中的碘 人体中的碘 碘缺乏病 碘过量 小结第5章 加碘盐与甲状腺疾病 我国实行食盐加碘的历史 加碘盐足以解决碘缺乏问题 加碘盐中的碘不易流失 避免碘过量的参考意见第6章 甲亢患者的日常饮食 甲亢的营养原则 甲亢的膳食结构第7章 其他甲状腺疾病的日常饮食 饮食营养原则速查 平衡膳食指南 甲状腺疾病（甲亢除外）平衡膳食要点第8章 甲亢的中医治疗 中医对甲亢（瘰气）的认识 甲亢（瘰气）的辨证论治 治疗甲亢（瘰气）的验方 治疗甲亢的中成药 治甲亢（瘰气）的单味中药第9章 甲亢的中医保健 粥疗方 菜品方 汤品方 汁饮方 膏方 针刺疗法 自我身心调整 刮痧疗法 药枕疗法第10章 其他甲状腺疾病的中医治疗与保健 甲状腺功能减退症 亚急性甲状腺炎 慢性淋巴细胞性甲状腺炎 单纯性甲状腺肿

<<甲状腺疾病饮食与中医调养>>

章节摘录

三是体质失养。

如《金匱要略·虚劳病篇》中说：“人年五六十，其病脉大者，痹挟背行，若肠鸣、马刀侠瘕者，皆为劳得之”。

现代医家在临床辨瘕气病因时，与古代基本相同，认为与水土失宜、情志所伤有关，多在历代病因学说的基础上，结合现代医学病理、生化等研究，强调了体质因素与情志所伤及饮食劳倦的重要性。

随着发病率的增高，临床医学的发展，病人就诊率及检测水平的提高，儿童甲亢也时有发现，这显然不能用七情六欲等情志所伤来解释，所以考虑与其先天因素（遗传因素）有关。

曾有学者统计365例甲亢患者的发病因素，发现80%的患者有不同程度的情志因素和社会生活压力，包括人际关系紧张、家庭关系不和、工作压力大、精神长期抑郁或者遭受打击等，这些压力均影响患者的精神情志因素，长期的精神紧张状态引起患者内分泌失调，最终导致甲亢发生。

中医认为，肝主疏泄，具有保持全身气机疏通畅达，通而不滞，散而不郁的作用。

社会生活压力引起患者情志不遂、肝失疏泄，肝气郁结，气行郁滞导致津液输布障碍，聚而为痰，痰气交郁结于颈部而引起瘕气。

还有研究提示，肝主疏泄与甲亢发病机制有一定关系。

情志活动主要是心神的生理功能，同时与肝的疏泄密切相关，因为正常的情志活动主要依赖于气血的正常运行。

情志异常对机体生理活动的影响主要是干扰正常的气血运行，气血运行不畅而产生瘕气的表现。

<<甲状腺疾病饮食与中医调养>>

编辑推荐

《甲状腺疾病饮食与中医调养》将现代营养学和传统中医调养理论相结合，在引领读者认识甲状腺、了解甲状腺疾病的基础上，细致地介绍了碘与甲状腺疾病的关系、各类甲状腺疾病患者的日常饮食原则、膳食要点、宜食食物及相关病症的饮食疗法、中医治疗甲状腺疾病的方案等。

提到碘缺乏，人们就会想起“大脖子”病。

但是，随着加碘盐的推广和普及，碘摄入量的增加，地方性甲状腺肿等碘缺乏病在逐渐消失，而其他甲状腺疾病的发病率却增加了。

面对新的情况，我们的营养饮食和治疗手段也应该与时俱进。

2008搜狐健康频道十大健康卫士博客，颁奖词，他的博客以观点独到和犀利为最大特点，敢于质疑既有知，识体系，专注于揭批错误的营养饮食观点，纠正民众的饮食误区，每次新的博文推出，都能在网友中和业界产生巨大的影响。

目前的甲状腺疾病基本与缺碘无关（少数还没有消除碘缺乏病的偏远地区或特殊地区例外）。

恰好相反，大量的证据表明，常见的甲状腺疾病，如甲状腺结节、甲状腺功能亢进或减低、甲状腺炎（如桥本甲状腺炎）、甲状腺瘤、甲状腺癌等往往与碘过量有关，摄入过量的碘反而对这些疾病的治疗和康复不利。

<<甲状腺疾病饮食与中医调养>>

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>