第一图书网, tushu007.com

<<健康来自源生态>>

图书基本信息

书名：<<健康来自源生态>>

13位ISBN编号：9787532392988

10位ISBN编号：7532392988

出版时间：2008-2

出版时间：上海科学技术出版社

作者：邵兴军，丁德华 著

页数：263

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

第一图书网, tushu007.com

内容概要

《健康来自源生态》在分析博大精深的养生文化基础上，系统阐述了以回归自然、回归人的本性为主导的源生态健康医学观，同时创造性地提出了以源生态健康风险控制和源生态疾病干预管理组成的健康管理体系。
在科学总结细胞健康理论的基础上，创造性地提出了以细胞养护和组织修复为内容的疾病干预管理模式，是在认识论和方法论方面对疾病干预管理的新提升。
书中还介绍了常见慢性病的膳食干预、心理干预、运动干预、中医干预、保健食品干预的实用方法，以及主要源生态保健食品的作用和选择方法，具有很强的实用价值。

作者简介

邵兴军，博士。
长期从事健康医学的研究与实践，系统建立“蜂胶是理想的细胞生态调节剂”的理论体系，主持建设了国内最大的天然生物资源超临界cO2提取技术产业化基地。
2005年主持编著了国内第一本从细胞生物学层面系统阐述蜂胶生物学和药理学作用的科普书籍——《蜂胶革命——理想的细胞生态调节剂》。
近年来，致力于源生态健康医学的理论研究及源生态健康管理的实践，创造性地建立了以源生态健康风险控制和源生态疾病干预管理为主要手段的健康管理理论体系。

<<健康来自源生态>>

书籍目录

引言　选择源生态　选择健康第一章　什么是源生态第二章　源生态健康医学第一节　像蜜蜂一样生活第二节　来自道儒佛的养生启示第三节　世界五大长寿地区的养生启示第四节　人类进化历程的启示第五节　现代医学的困惑第六节　健康医学引领人类健康、长寿和幸福第七节　健康医学的理论基础第八节　健康医学的实践——健康管理第九节　健康关键靠自己第三章　源生态健康风险控制第一节　源生态健康风险控制模型第二节　心境源生态心境决定健康心理压力——疾病的重要根源情绪与健康基础心境调适法冥想——缓释心境的压力源生态音乐调节法第三节生活源生态光污染与健康风险控制空气污染与风险控制水污染的健康风险与控制电磁辐射的健康风险与控制食物的健康风险控制化学污染的健康风险控制久坐的威胁与风险控制生物钟紊乱的健康风险与控制遗传的健康风险及控制生活源生态恢复技术第四章　源生态疾病干预管理第一节　关于健康和疾病的新理论细胞营养均衡+细胞生态平衡＝细胞健康－身体健康长寿营养均衡——细胞的基本需求生态平衡——细胞运行的关键因素第二节　细胞损伤与细胞再生不平衡状态下的细胞适应和损伤细胞损伤的修复——再生第三节　疾病干预管理模型及其干预技术……第五章　源生态保健食品参考文献致谢

编辑推荐

卫生部首席健康教育专家、解放军总医院赵霖研究员作序推荐。
回归事物的本来面目。
健康医学理论探索之作，自我健康管理实务导引。
“源生态”意即“源自自然生长的状态”，指的就是事物的本来面目，而“回归源生态”就是尊重自然的智慧，回归自然，回归人的本性，还事物的本来面目。
源生态健康管理包括源生态健康风险控制和源生态疾病干预管理。
源生态保健食品＝天然生物资源+源生态加工技术。

第一图书网, tushu007.com

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