

<<体力活动与健康促进>>

图书基本信息

书名：<<体力活动与健康促进>>

13位ISBN编号：9787564410193

10位ISBN编号：7564410191

出版时间：2012-7

出版时间：北京体育大学出版社

作者：李红娟 编

页数：256

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>

## <<体力活动与健康促进>>

### 内容概要

“运动是良医（EIM）”的思想古已有之，2007年美国运动医学会将其作为一项解决全球公共卫生问题的健康促进行动正式提出，目前已在多个国家和地区得到广泛响应和推广，希望《体力活动与健康促进》一书能够成为联接国内运动科学与公共卫生的桥梁.....

## <<体力活动与健康促进>>

### 作者简介

李红娟，女，1972年生，公共卫生专业博士，体育学博士后，运动科学专业副教授，“十一五”国家科技支撑计划课题（2009BAK62B04）负责人，主要研究方向为儿童青少年生长发育与青春期内分泌调控、体力活动与健康促进，国内外发表科研论文40余篇。

## &lt;&lt;体力活动与健康促进&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 体力活动与健康促进概论第一节 体力活动与健康促进的基本概念第二节 体力活动与健康的关系第三节 现代体力活动与健康促进的研究历史第四节 体力活动与健康促进相关学科第二章 体力活动流行病学基本原理第一节 流行病学测量第二节 流行病学研究设计第三节 关联的研究第四节 体力活动流行病学模型第五节 病因的确定第三章 体力活动的测量与体力活动水平评估第一节 体力活动测量方法的选择第二节 体力活动测量原理与方法第三节 常用体力活动测量方法第四节 体力活动水平评估第五节 各国体力活动调查与监测第四章 体力活动行为改变第一节 健康相关行为概述第二节 行为变化的基本理论第三节 体力活动行为改变第五章 体力活动与健康促进项目计划模型第一节 生态学模型第二节 格林模式第三节 多层次社区健康路径模型第四节 健康促进的其他计划模型第五节 体力活动干预与健康促进第六章 体力活动与健康促进项目设计第一节 体力活动与健康促进项目中的循证观第二节 体力活动干预项目设计与实施第三节 体力活动干预项目有效性评价第四节 项目设计中的伦理学问题第七章 体力活动风险及其预防第一节 体力活动中的风险第二节 运动损伤及其预防第三节 运动风险预防体系第八章 体力活动与肥胖预防控制第一节 肥胖的流行病学第二节 体力活动干预与肥胖预防控制第九章 体力活动与糖尿病预防第一节 糖尿病的流行病学第二节 体力活动与糖尿病第三节 体力活动与糖尿病关系的生物学机制第四节 糖尿病患者的运动处方第十章 体力活动与心血管疾病第一节 心血管疾病的流行病学第二节 体力活动与心血管疾病第三节 体力活动预防心血管疾病的生物学机制第四节 心血管疾病患者运动处方第十一章 体力活动与骨质疏松第十二章 体力活动与癌症第十三章 体力活动与健康促进项目中的统计设计第十四章 体力活动与健康促进项目中的统计分析附录1 随机数字表附录2 中英文对照表后记

## <<体力活动与健康促进>>

### 章节摘录

尽管随机对照试验是一种最佳的设计类型，但实施过程中仍存在诸多挑战。

如：参与者必须同意接受随机分组；最好是双盲研究，但在体力活动干预项目中显然不可能做到双盲，只能单盲；由于依从性差与退出的问题，可能会带来偏倚；由于大型随机对照试验研究征集研究对象的种种困难，因此，研究对象往往是高度选择性的，这就带来外部效度的降低，即结论难以外推。

如内科医生健康研究，用于研究阿司匹林对预防心血管疾病的作用和β-胡萝卜素预防癌症的研究，研究对象局限于白人、健康的中年男性内科医生这一特殊群体，结论的外推需要慎重，如外推至年轻男性、女性、少数民族、非内科医生等，都存在问题。

尽管随机对照试验是一种验证研究假设的研究设计类型，但是很多有关体力活动的重要问题不能应用这种设计来解决。

如研究者感兴趣的可能是何种运动类型、频率、强度、持续时间等对于减少心脏病是最佳的。

理论上，可以将研究对象随机分组接受不同的运动干预或作为对照，跟踪观察心脏病发病率的信息，但随机对照试验难以实现。

假设中年男性发生心肌梗死的危险是每年7/1000，想要获得140名病例，就需要20000名男性随机分组干预一年，20000名男性都要在干预前后进行危险因素评估，其中干预组要进行给定运动强度的运动，对照组则不能运动，由于样本量大，还需要在多中心开展研究。

显然，如此大的工作量和花费几乎是不可能实现的。

在体力活动研究中，已经有一些小型的、易于管理的随机对照试验用于研究不同水平的体力活动或训练如肌肉功能、平衡、步态、血压、胰岛素水平等的干预研究。

研究设计的终极目标是评价自变量（如体力活动、体质）的变化与因变量（如损伤、疾病或死亡）之间的关系。

当我们讨论研究的证据强度时，应当注意各种研究设计类型的优缺点。

.....

<<体力活动与健康促进>>

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>