

<<战胜衰老>>

图书基本信息

书名：<<战胜衰老>>

13位ISBN编号：9787801466389

10位ISBN编号：7801466381

出版时间：2002-1

出版时间：社会

作者：张清华 编

页数：350

字数：262000

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>

## <<战胜衰老>>

### 内容概要

如何延缓衰老，这是人们所关注的问题，人类老化过程实际是一种体内缓慢的、进行性的破坏过程。人在发育成熟的同时，衰老也就悄悄地开始。

免疫调节系统与基因表达系统的失控是人类老化加速的主要原因。

实际上，人到老年都有可能患上癌症、自身免疫性疾病、糖尿病、心脑血管病。

由于种种原因，上述疾病的发病年龄越来越提前。

抗衰老医学的目的就是最大限度地运用欧美成熟的最新科研成果，对许多与老化相关的疾病进行早期的检查、诊断、治疗和预防，使人的生命质量得到明显改善和提高。

本书以问答方式阐述了衰老机制、饮食与衰老、运动与衰老、环境与衰老、情绪与衰老、药物与衰老、睡眠与衰老、中医中药与衰老等11个部分有关延缓衰老的问题，其内容丰富，可供人们阅读参考。

## <<战胜衰老>>

### 作者简介

张清华，主任医师，现为解放军305医院院长。

1976年毕业于山西医学院医疗系，先后在解放军256医院、石家庄解放军白求恩国际和平医院工作。

长期从事心血管病、老年病、抗衰老方面的研究。

曾先后发表论文近百篇，获全军科技进步奖30余项。

主编和参与编写过数十部著作。

目

## <<战胜衰老>>

### 书籍目录

前言第一部分 抗衰老概述 1、研究衰老的历史与现状 2、衰老与长寿 3、为什么说衰老原因是复杂的 4、衰老的自由基学说 5、基因与衰老 6、世界上有没有不发生衰老的生命体呢 7、细胞调亡与衰老 8、内分泌系统与衰老 9、影响免疫功能加速衰老的因素是哪些 10、生物为什么会发生衰老 11、细胞衰老的机一 12、人的应激能力对衰老有什么影响 13、超氧化物歧化酶(SOD)抗衰老作用 14、端粒与人类衰老 15、为什么衰老与生理三废有关 16、预测寿命有哪些学说 17、衰老有哪些学说 18、为什么衰老与生殖细胞丢失有关 19、为什么精神因素对衰老有影响 20、寿命长短与家庭有关吗 21、为什么衰老是人类不可抗拒的必然现象 22、人的衰老与性别有关 23、人的衰老与社会因素有关 24、人为什么要储备抗衰老能力 25、延缓衰老取决于什么.....第二部分 饮食与抗衰老第三部分 运动与抗衰老第四部分 抗衰老健身法第五部分 环境与护衰老第六部分 情绪与抗衰老第七部分 睡眠与抗衰老第八部分 抗衰老药物第九部分 中医中药与抗衰老第十部分 疾病与抗衰老第十一部分 中老年人抗衰老第十二部分 抗衰老还有哪些办法

<<战胜衰老>>

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>