

<<防治糖尿病运动疗法>>

图书基本信息

书名：<<防治糖尿病运动疗法>>

13位ISBN编号：9787500931850

10位ISBN编号：7500931859

出版时间：2007-9

出版时间：姚滨 人民体育 (2007-09出版)

作者：姚滨

页数：125

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>

<<防治糖尿病运动疗法>>

内容概要

用《成人常见病运动疗法系列丛书之2：防治糖尿病运动疗法》来控制你的血糖。这本完整地控制和预防糖尿病并发症的指南，能够在很大程度上降低你注射胰岛素的机会。这个以锻炼为基础的计划可以根据你的身体需要量身定做，目的是要提高你的能量水平，帮助你减轻体重，令你感觉比以往的岁月更加强壮。

一份完整有效的计划，能让你享受更健康、更活跃的生活方式，《成人常见病运动疗法系列丛书之2：防治糖尿病运动疗法》讲解了在监测和保持适当的血糖水平和体重的同时，如何增强力量、柔韧性和耐力。

书中还介绍了饮食的指导方针以及补剂和药物的优缺点，便于你能够平衡营养需要和锻炼，防止血糖水平摇摆不定。

《成人常见病运动疗法系列丛书之2：防治糖尿病运动疗法》一书与美国运动医学院共同合作开发，它综合了你需要的所有基本信息，帮助你长期、安全、有效地控制 型和 型糖尿病以及糖尿病前期。

《成人常见病运动疗法系列丛书之2：防治糖尿病运动疗法》帮助你的不仅仅是生存得更好；而是比你想像中还要做得更好，让你的人生感觉更美好！

<<防治糖尿病运动疗法>>

作者简介

达利尔.E.巴内斯，医学博士，在明尼苏达州罗切斯特市梅奥诊所，为美国十大医院之一，亦是美国著名的全国性医学教学和研究机构。

它已有一百多年的历史，以“梅奥健康系统”而闻名于世，其独到之处是通过旗下的多家医院和诊所向住院病人及门诊病人对所有医疗问题进行全面诊断和治疗——译者注）的家庭医学和肌肉骨骼临床部担任顾问医生兼讲师。

他专门从事对体力活跃的病人包括糖尿病人进行全方位的照顾和指导。

巴内斯博士是一位家庭医生，持有基础护理运动医学的注册资格认证（CAQ）；他还是罗切斯特社区技术学院所有运动队的队医，同时也是美国半职业橄榄球队罗切斯特巨人队的队医。

巴内斯博士代表梅奥诊所一直在做糖尿病、营养和运动学方面的讲座，还曾担任2003年第25届世界铁人三项锦标赛的医疗救护人员。

他是美国运动医学大学、美国运动医学学会、美国家庭医生学会、美国医学协会和从业艺术医学协会的成员。

巴内斯博士与其妻子艾蜜现居住在明尼苏达州的罗切斯特市。

在业余时间，他爱好跑步、钓鱼和打高尔夫球。

<<防治糖尿病运动疗法>>

书籍目录

>第2章让血糖控制你的目标第3章计划你的生活方式第4章为你制订锻炼计划第5章合理饮食控制体重第6章计划整合第7章监测进度应对变化第8章药物与补剂第9章长期控制持之以恒参考文献作者简介美国运动医学院(ACSM)简介

<<防治糖尿病运动疗法>>

编辑推荐

用《防治糖尿病运动疗法》来控制你的血糖。

这本完整地控制和预防糖尿病并发症的指南，能够在很大程度上降低你注射胰岛素的机会。

这个以锻炼为基础的计划可以根据你的身体需要量身定做，目的是要提高你的能量水平，帮助你减轻体重，令你感觉比以往的岁月更加强壮。

一份完整有效的计划，能让你享受更健康、更活跃的生活方式。《防治糖尿病运动疗法》讲解了在监测和保持适当的血糖水平和体重的同时，如何增强力量、柔韧性和耐力。

书中还介绍了饮食的指导方针以及补剂和药物的优缺点，便于你能够平衡营养需要和锻炼，防止血糖水平摇摆不定。

《防治糖尿病运动疗法》一书与美国运动医学院共同合作开发，它综合了你需要的所有基本信息，帮助你长期、安全、有效地控制I型和II型糖尿病以及糖尿病前期。

《防治糖尿病运动疗法》帮助你的不仅仅是生存得更好；而是比你想像中还要做得更好，让你的人生感觉更美好！

<<防治糖尿病运动疗法>>

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>