

<<缺钙与补钙>>

图书基本信息

书名：<<缺钙与补钙>>

13位ISBN编号：9787542819406

10位ISBN编号：7542819402

出版时间：1999-09

出版时间：上海科技教育出版社

作者：吴升华

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>

## <<缺钙与补钙>>

### 作者简介

吴升华 男, 1956年生, 副主任医师, 副教授, 1988年毕业于南京医科大学, 获硕士学位, 1993年获博士学位。

现在南京医科大学一附院儿科工作, 现任美国肾脏病学会会员。

曾发表论文44篇, 撰写专著2本, 曾经荣获江苏省科技进步三等奖。

钱剑海 女, 1931年生, 副主任医师, 曾在南京市儿童医院儿内科工作, 迄今已发表论文及科普文章百余篇, 撰写专著4本, 曾获得全国优秀科普作品三等奖、江苏省优秀医药卫生科普作品二等奖等荣誉。

## <<缺钙与补钙>>

### 书籍目录

目录

前言

1.钙是什么

钙与人体

钙的吸收和排泄

影响钙吸收的因素

磷是钙的“好搭档”

磷的吸收和排泄

钙磷代谢的调节

钙、磷与骨骼、牙齿的形成

人一生的骨骼代谢过程

2.缺钙与补钙

缺钙，世界性的健康问题

为什么人类会缺钙

为什么缺钙者血钙会正常

人每天需要多少钙

补钙与延缓衰老

中医的“肾主骨”理论

补钙与中医的补肾

3.饮食与补钙

喝牛奶是补钙的最好方式

怎样通过膳食补钙

补钙食品

合理烹调，减少钙的丢失

食醋有利于钙吸收

4.钙制剂的选用

维生素D与钙的强化食品

如何选择钙制剂

钙，最多能补多少

一天之中何时服钙剂最好

补钙同时应服用维生素D吗

5.钙与婴幼儿健康

婴幼儿缺钙是普遍现象

新生儿低钙血症

小婴儿吸气时喉部怎会有声音

小儿腹痛与缺钙

婴儿湿疹与缺钙

小儿肺炎与缺钙

小儿腹泻需补钙

6.佝偻病的防治

小儿佝偻病

如何判断佝偻病

如何预防佝偻病

如何治疗佝偻病

佝偻病性低钙惊厥

## <<缺钙与补钙>>

晚发性佝偻病

维生素D制剂

维生素D中毒及其防治

7.钙与儿童、青少年健康

3~18岁时需要补钙

儿童意外骨折与缺钙

儿童生长痛与缺钙

儿童学习困难与缺钙

儿童牙齿发育与缺钙

8.钙与生育期妇女健康

生育期妇女的钙营养

孕妇及乳母缺钙的危害

我国孕妇及乳母钙摄入现状

孕妇及乳母怎样补钙

软骨病与缺钙

妊娠高血压综合征与缺钙

经前期紧张症、痛经与缺钙

9.钙与中老年人健康

中老年人的钙代谢

我国中老年人钙摄入现状

老年人如何补钙

老年人为什么会变矮

老而不掉牙

10.骨质疏松证的防治

什么是骨质疏松症

老年人常见的骨折

骨质疏松症的发生

如何判断骨质疏松症

如何防治骨质疏松症

日光浴疗法

运动疗法

治疗体操

骨质疏松与骨质增生

11.缺钙会引起哪些疾病

原发性高血压与缺钙

动脉粥样硬化与缺钙

颈椎病与缺钙

老年性痴呆与缺钙

尿石症与缺钙

支气管哮喘与缺钙

12.患了哪些疾病需补钙

甲亢病人需补钙

糖尿病病人需补钙

皮质醇增多症病人需补钙

肝胆疾病病人需补钙

老年慢性胃炎病人需补钙

脂肪泻病人需补钙

## <<缺钙与补钙>>

类风湿性关节炎病人需补钙  
氟中毒病人需补钙  
如何防治氟中毒  
尿毒症病人需补钙  
肾病综合征病人需补钙  
肾小管酸中毒病人需补钙  
甲状旁腺功能减退症病人需补钙  
老年性瘙痒症与补钙  
过敏性皮肤疾病与补钙  
13.用药与补钙  
长期应用抗癫痫药需补钙  
长期应用肝素需补钙  
长期应用抗结核药物需补钙  
长期应用糖皮质激素需补钙  
附表  
常用食品钙、磷含量及其比值  
小知识  
美国政府推荐的膳食钙磷比例  
食物中钙量的吸收率  
健康的危险线始于40岁  
中国营养学会推荐的钙摄入标准  
移植下丘脑，人可活到200岁  
平衡膳食宝塔  
神奇的海参  
醋的传说  
醋的佳话  
健康的标志  
补钙会增加细胞内钙浓度吗  
古代的护牙与补牙  
牙刷的历史  
悬吊治疗脊椎骨折  
腹部肥胖与臀部肥胖  
防治高血压病“五要诀”  
糖尿病的蛛丝马迹  
每天跳迪斯科20分钟

<<缺钙与补钙>>

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>