

图书基本信息

书名：<<食物、营养、身体活动和癌症预防>>

13位ISBN编号：9787811360776

10位ISBN编号：7811360772

出版时间：2008-10

出版时间：中国协和医科大学出版社

作者：Marmot

页数：565

译者：陈君石

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>

## 前言

我十分感谢本报告专家组和秘书处的著名科学家们对食物、营养、身体活动和癌症方面的证据进行了重要的评议。

世界癌症研究基金会（WCRF）组建了这个专家组，让这个有坚定决心的科学家团队按照自己的方式工作，并给以充分的信任，这种先见之明值得褒扬。

在我们看来，本报告所评议的、并由此形成最终建议的那些证据为预防癌症和促进全球健康提供了极好的机遇。

现在，个体和群体都有方法走向更充实和更健康的生活。

要想实现这个目标，全世界、各个国家和当地的社区、家庭和个体必须行动起来。

我们应该暂时将这份报告搁在一旁。

公众的通常看法是，专家们的意见常常是不一致的。

如果专家的意见相左，那么公众和政策制定者为什么应该听从这种建议呢？

专家之间确实存在分歧，这就是科学的本质和科学的力量源泉。

我们是否应该举起手来，说这个观点和另一个观点一样好？

当然不是。

证据是最重要的，但不是指那些没有经过深思熟虑的证据。

因此，为本次评议所制定的程序是：运用一套系统的方法，以预先确定的标准对所有相关证据进行评议；同时，组建一个国际性的专家组，运用专家们自己的专业知识对存在的分歧进行讨论，最终对这些证据做出一致的评论结论。

在此过程中有两个部分十分关键：第一是系统性综述，第二我敢说是专家们的智慧。

## 内容概要

世界癌症研究基金会和中国癌症基金会于2007年10月31日在北京联合主办世界癌症研究基金会(WCRF)出版的《食物、营养、身体活动和癌症预防》新报告发布会。

本书全面详细的解读了报告会的内容。

此次报告发布会的目的是为公共政策制定者、医药卫生工作者、科研工作者提供目前为止最全面、最新的研究结果。

该报告对全球范围内大量的关于食物、营养、肥胖、身体活动和癌症预防方面的证据进行了综述,并提出了10条癌症预防新建议。

目前最具代表性的综合科学评估报告,全球范畴内预防癌症最权威的行动基础。

根据全球文献进行系统综述所获得的专家评价提出的建议,由世界顶尖科学家组成的专家组五年工作的结晶,包括关于生命早期、肥胖、身体活动和癌症幸存者等方面的新发现,所提出的建议与其他疾病的预防及伊朗促进相协调一致,适用于每个人的重要指南,政策制定者和研究者不可或缺的参考书。

书籍目录

原作者序目录致谢总结前言第一部分 背景 第1章 国际间差异和全球趋势 1.1 食物体系和膳食：历史和现状 1.2 食物和饮料、身体活动、体成分 1.3 移民和其他生态学研究 1.4 总结 第2章 癌的形成过程 2.1 基本概念和原理 2.2 细胞过程 2.3 致癌物的代谢 2.4 癌症病因 2.5 营养与癌症 2.6 总结 第3章 证据的评价 3.1 流行病学证据 3.2 实验性证据 3.3 评估的方法 3.4 原因和风险 3.5 进行评价 3.6 结论第二部分 证据和评价 第4章 食物和饮料 4.1 谷类（谷物）、根茎、大蕉 4.2 蔬菜、水果、豆类、坚果、种籽、香辛料、调味料 4.3 肉类、禽类、鱼类与蛋类 4.4 乳和乳制品 4.5 油脂 4.6 糖和食盐 4.7 水、果汁和其他软饮料、热饮料 4.8 含酒精饮料 4.9 食物的生产、保存、加工和制备 4.10 膳食成分和补充剂 4.11 膳食模式 第5章 身体活动 第6章 生长、发育和体成分 6.1 身体肥胖 6.2 生长发育 6.3 哺乳 第7章 癌症 7.1 口腔、咽和喉癌 7.2 鼻咽癌 7.3 食管癌 7.4 肺癌 7.5 胃癌 7.6 胰腺癌 7.7 胆囊癌 7.8 肝癌 7.9 结肠和直肠癌 7.10 乳腺癌 7.11 卵巢癌 7.12 子宫内膜癌 7.13 子宫颈癌 7.14 前列腺癌 7.15 肾癌 7.16 膀胱癌 7.17 皮肤癌 7.18 其他癌症 第8章 体重增加、超重和肥胖的决定因素 第9章 癌症幸存者 第10章 其他报告的结论 10.1 方法 10.2 数据解释 10.3 营养缺乏 10.4 传染病 10.5 除癌症以外的慢性病 10.6 癌症 10.7 结论 第11章 今后研究课题第三部分 建议 第12章 公共卫生目标和个人建议 12.1 原则 12.2 目标和建议 12.3 食物、营养和身体活动模式附录 附录A 项目执行过程 附录B 第一份WCRF / AICR专家报告 附录C 世界癌症研究基金会（WCRF）全球网络名词、术语参考文献索引

章节摘录

第一部分 引言 本报告有诸多相互关联的目的。

一是探讨食物、营养、身体活动和体成分对癌症危险性的影响程度，并尽可能详细地说明某些具体因素的重要性。

从诸如食物、营养和身体活动等环境因素影响癌症危险性的角度来看，癌症是可以预防的。

本报告还详细介绍一些有坚实证据支持的建议，如果遵循这些建议，预计可以降低癌症的发病率。

本报告第一部分的前两章总结了来自人群观察以及实验性和基础性科学方面的重要证据，并得出癌症是可以预防的这一结论。

第三章概括性介绍与癌症病因有关的证据类型，并解释了专家组在评估证据强度和得出评价结果时所遵循的程序。

第一章向读者介绍，在人类历史进程的不同时期，食物和饮料的生产与消费、身体活动以及体成分的模式均发生了巨大改变。

这些巨大的变化都是由社会城市化和工业化造成的，首先发生在欧洲、北美以及其他经济发达国家，并逐渐波及全球大多数国家。

随着20世纪下半叶可靠的肿瘤登记制度的建立，人们发现全世界癌症模式存在着明显的差异。某些癌症在低收入国家中常见，如：上呼吸道—消化道癌症、胃癌、肝癌和宫颈癌。

其他一些癌症则多发于高收入国家。

如：结肠/直肠癌、乳腺癌、卵巢癌、子宫内膜癌、前列腺癌和肺癌。

更重要的是，一些研究极其一致地表明，随着人群从世界一方移民到另一方，随着国家的城市化和工业化进程，癌症模式也随之发生变化，这些在第一章有所介绍。

可以预计，癌症发病率在总体上是呈上升趋势的。

第二章概括性介绍目前所理解的关于癌症发生的生物学知识，同时重点在于食物和营养，身体活动以及体成分可能影响癌症发生的途径。

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>