

生命与长寿



[生命与长寿_下载链接1](#)

著者:

出版者:世界图书出版公司

出版时间:1994-11

装帧:平装

isbn:9787506219402

内容简介

生命对每个人只有一次，期望长寿是人之本能。本书从21世纪的生命观开始，详细阐述了人类寿命的种种考究、衰老诸因素的相关分析、人体必需的元素与维生素，以及性是人类生命的源泉、钙是人体健康的新观念。此外，还介绍了老年保健医学和新兴的康复医学，以及临终关怀学，并展望了抗老延寿的技术与方向，揭示了人类生命的未来。

作者介绍:

作者简介

张韬玉，男，1941年出

生于哈尔滨市。1964年毕业于哈尔滨医科大学医疗系，曾任黑龙江省医院内科医师、主治医师，现任黑龙江省老年医学研究所工、副主任医师。

长期从事老年医学、康复医学、中西医结合的临床与科研工作，曾获省自然科学科研成果奖二项，全国与省级社会科学优秀科研成果奖二项。现已有13篇论文入选国际论文集，在国家级、省级杂志上发表论文80余篇，科普文章170余篇，出版专著4部、合编15部、译著3部。曾被国家自然科学基金会的聘为老年医学同行评议专家，是黑龙江省第五、六、七届政协委员。

目录: 目录

序言

一、生命起源

- (一) 21世纪的生命观
- (二) 生命的根本是碳水化合物
- (三) 生命的活力来自血液细胞的分化
- (四) 生命的限度是可以延长的
- (五) 劳动能够改变人类的体质
- (六) 性是人类生命的源泉
- (七) 生命科学将解决人类的生老病死
- (八) 人类生命的历程

二、寿命之谜

- (一) 什么是寿命

- (二) 人的寿命有个极限
- (三) 人的最高寿龄到底有多长
- (四) 当今人的平均寿命是多少
- (五) 寿命的延长史
- (六) 寿命与相关因素的考究
- (七) 怎样估算你的寿命
- (八) 长寿地区的考察
- 三、衰老钟声
 - (一) 什么叫衰老
 - (二) 人体衰老的过程
 - (三) 人为什么会变老
 - (四) 衰老为什么有早有晚
 - (五) 衰老与体质
 - (六) 怎样检测健康水平与衰老程度
- 四、人体必需的元素
 - (一) 宏量元素
 - (二) 微量元素
- 五、生命的维生素
 - (一) 什么是维生素
 - (二) 为什么要补充维生素
 - (三) 老年人与维生素
 - (四) 维生素治疗那些疾病
- 六、老年保健医学
 - (一) 世界人口老化的趋势
 - (二) 我国老年保健医学的源流
 - (三) 老年保健医学的研究要点
 - (四) 老年保健医学的研究前景
- 七、新兴的康复医学
 - (一) 康复医学的崛起
 - (二) 老年期康复医学模式
 - (三) 几种常见老年病的康复医疗要点
- 八、临终关怀
 - (一) 临终关怀学的兴起与发展
 - (二) 临终关怀机构的创始与沿革
 - (三) 临终关怀的道德评价
 - (四) 现代死亡特征与临终关怀的目的
 - (五) 死亡态度的考究与临终关怀的意义
 - (六) 临终关怀的观念与模式
 - (七) 临终关怀的服务内容
- 九、延寿革命
 - (一) 为什么要研究长寿
 - (二) 延寿革命的关键是什么
 - (三) 抗老延寿的途径与方向
 - (四) 人类生命的未来
- 附 元极学简介
 - • • • • (收起)

[生命与长寿_下载链接1](#)

标签

评论

[生命与长寿 下载链接1](#)

书评

[生命与长寿 下载链接1](#)