

ورزش و دیابت

مولفان:

رضا شیخ

دانشجوی کارشناس ارشد تغذیه و فیزیولوژی ورزشی - پژوهشگر علوم ورزشی در زمینه‌ی

دیابت

خدیجه شیخ

دانشجوی دکتری تخصصی میکروبیولوژی - پژوهشگر دیابت

ویراستار علمی

دکتر مهدی بوستانی

عضو هیئت علمی دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز

سرشناسه	شیخ، رضا، ۱۳۶۵ -
عنوان و نام پدیدآور	ورزش و دیابت/ مولفین رضا شیخ، خدیجه شیخ؛ ویراستار علمی مهدی بوستانی.
مشخصات نشر	تهران: کلیدپژوه، ۱۳۹۸.
مشخصات ظاهری	۱۱۰ص.
شابک	۳۰۰۰۰ ریال 9-95846-622-978 :
وضعیت فهرست نویسی	فیبا
پادداشت	کتابنامه.
موضوع	دیابت -- ورزش درمانی
موضوع	Diabetes -- Exercises therapy
شناسه افزوده	شیخ، خدیجه، ۱۳۶۳ -
شناسه افزوده	بوستانی، مهدی، ۱۳۶۳ -، ویراستار
رده بندی کنگره	RC۶۶۱
رده بندی دیویی	۶۱۶/۴۶۲۰۶۲
شماره کتابشناسی ملی	۵۷۰۹۶۳۶

ورزش و دیابت

تالیف: رضا شیخ و خدیجه شیخ

ناشر مجوز: تهران، کلیدپژوه

نوبت چاپ: اول، ۱۳۹۸

شابک: ۹-۹۵۸۴۶-۶۲۲-۹۷۸

تیراژ: ۱۰ جلد

قیمت: ۳۰۰۰۰ تومان

آدرس: میدان انقلاب، خ آزادی، کوچه مهرناز، ساختمان ۱۱۰، نیم طبقه اول، ۶۶۱۲۲۹۸۵

مسئولیت صحت مطالب و پاسخگویی به شکایات‌های حقوقی و معنوی کتاب بر عهده مولف می باشد.

کلیه حقوق برای مولف محفوظ است.

بنام خدا

کتاب حاضر پژوهشی است که بر اساس مقالات معتبر علمی و مطالعه ده‌ها کتاب و صدها مقاله درباره دیابت و همچنین ورزش و بر اساس چندین سال تحقیق بر روی بیماران دیابتی و نقش و اهمیت ورزش در زندگی و کنترل قند خون آنها انجام گرفته است. این کتاب بیانگر حقیقت نقش ورزش به عنوان ضلعی از سه ضلع مثلث دارو، تغذیه و ورزش در کنترل دیابت می‌باشد. مطالب این کتاب برای پزشکان، دانشجویان علوم ورزشی، مدرسین دیابت و کلیه پژوهشگران و کسانی که در زمینه سلامت افراد دیابتی فعالیت می‌کنند، مفید می‌باشد.

این کتاب در هفت فصل نگارش شده است که فصل اول، دوم، سوم و چهارم راجع به بیماری دیابت، تاریخچه دیابت، انسولین و نقش آن در تنظیم قند خون، عوارض حاد و مزمن دیابت و انواع دیابت نوشته شده است. فصل پنجم به بیان انواع ورزش‌ها و اهمیت آنها در پیشگیری و کنترل دیابت می‌پردازد. فصل ششم در رابطه با نقش ورزش و مکانیسم آن در پایین آوردن قند خون می‌باشد. همچنین در این فصل به تجویز تمرینات ورزشی مفید برای افراد دیابتی پرداخته شده است. فصل هفتم در مورد ورزش‌های مفید و مضر در افراد دیابتی که دچار عوارض مزمن این بیماری شده‌اند، بحث می‌کند. و در آخر ضمیمه‌ای در مورد توصیه‌های ورزشی به افراد دیابتی آورده شده که برای اشخاص دیابتی مفید و کاربردی می‌باشد.

مسلماً در اولین چاپ کتاب اشکالاتی وجود خواهد داشت که امیدواریم با نظر اغماض نگریسته و راهنمای ما برای رفع نقائص کتاب در چاپ‌های بعدی باشید.