

چاقی و اثرات روانشناختی آن

نویسنده: زهره مرتضایی



سرشناسه: مرتضایی کرهرودی، زهره، ۱۳۵۸ -

عنوان و نام پدیدآور: چاقی و اثرات روانشناختی آن / نویسنده زهره مرتضایی کرهرودی.

مشخصات نشر: تهران: دیلماج، ۱۳۹۶.

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۶۰۵۲-۶-۲

مشخصات ظاهری: ۱۲۳ ص.

وضعیت فهرست نویسی: فیبا

موضوع: Obesity — Treatment

موضوع: چاقی -- درمان

موضوع: Obesity — Psychological aspects

موضوع: چاقی -- جنبه‌های روان‌شناسی

رده بندی دیویی: ۳۹۸/۶۱۶

رده بندی کنگ: ۱۳۹۶ ۲۳۸م/۶۲۸RC

شماره کتابشناسی ملی: ۴۷۱۹۸۵۹

چاقی و اثرات روانشناختی آن



نویسنده: زهره مرتضایی

شمارگان: ۳۰۰

ناشر: دیلماج

نوبت چاپ اول: ۱۳۹۶

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۶۰۵۲-۶-۲

طراحی جلد: سعید عبدالله زاده

آدرس: خیابان انقلاب، بین فروردین و اردیبهشت، پاساژ اندیشه طبقه همکف واحد ۱۱ B

تلفن: ۰۹۱۲۵۴۴۵۹۱۱-۶۶۴۸۷۰۴۰

فروشگاه اینترنتی www.nashredilmag.com

کلیه حقوق چاپ و نشر این کتاب متعلق به ناشر می‌باشد

قیمت: ۱۲۰۰۰۰ ریال

فهرست مطالب

۷	چاقی
۱۱	طبقه بندی چاقی
۱۲	همه گیر شناسی چاقی
۱۴	ایران
۱۵	سبب شناسی چاقی
۱۸	جنسیت و چاقی
۲۰	عوارض جسمانی ناشی از چاقی
۲۱	ابعاد روانشناختی چاقی
۲۳	رویکردها و دیدگاههای روانشناختی در مورد چاقی
۲۵	درمان رفتاری چاقی
۲۶	راهبردهای درمان رفتاری چاقی
۲۷	اصول زیر بنایی رفتار درمانی چاقی
۲۷	کاربرد شرطی سازی کلاسیک در درمان رفتاری چاقی
۲۷	کاربرد شرطی سازی عامل در درمان رفتاری چاقی
۲۹	اجزای درمان رفتاری
۳۲	فرآیند رفتار درمانی
۳۸	رفتارهای هدف کاهشی
۳۹	رفتارهای هدف تسریعی
۴۵	اندازه گیری رفتار هدف
۷۴	ارزیابی موفقیت درمان
۷۴	جلسه اول: ایجاد سبک زندگی سالم
۸۴	جلسه دوم: ایجاد یک سبک زندگی سالم
۹۵	جلسه سوم: ایجاد سبک زندگی سالم
۱۰۳	جلسه چهارم: ایجاد سبک زندگی سالم

- ۱۰۹..... روش‌های جراحی در درمان چاقی
- ۱۱۱..... پلیسه معده (پلیکاسیون)
- ۱۱۱..... درمان‌های دارویی برای درمان چاقی
- ۱۱۲..... زایمکس، سم خطرناک لاغری
- ۱۱۳..... زنیکال معروف‌ترین داروی لاغری
- ۱۱۴..... دارویی بنام مریدیا
- ۱۱۵..... داروی تنبلی
- ۱۱۵..... داروهای گدازی
- ۱۱۶..... کافئین را فدرین
- ۱۱۶..... گارسینیا کامبوجیا
- ۱۱۶..... هودیا
- ۱۱۷..... جنسینگ
- ۱۱۷..... اسپرولینا
- ۱۱۷..... چای سبز، سیاه و اولانگ
- ۱۱۸..... دارچین
- ۱۱۹..... منابع