

<<延缓衰老>>

图书基本信息

<<延缓衰老>>

内容概要

本书讨论了衰老这一现象，提拱了一系列的饮食策略，科学家们认为这些策略能够延缓由衰老引起的诸多后果的发生。

我们关于衰老的知识到目前为止还是不完备的，且在不断地对其修改和补充，至今为止，尚没有任何人对它们有彻底的了解，既非鼓励那些正在接受医院治疗或正在服用任何药物的读者，在采用本书所提供的任何食物补充建议之前，请予咨询并听取职业医生的建议。

本书中的所有建议如非特别注明，是针对成年人而非儿童的。

<<延缓衰老>>

作者简介

简·卡珀为美国保健和营养学领域知名权威，《纽约时报》科学撰稿人，曾荣获美国有线新闻电网（CNN）颁发的医学报道奖，著有多种保健与营养专著及畅销书，包括《食物药理学》、《神奇的食物——百种疾病的食物疗法》等。

<<延缓衰老>>

书籍目录

前言引言解开衰老之谜第一部分 青春活力中的灵丹妙药第二部分 夺去你青春的物质第三部分 无谓衰老的危险信号——解毒药和治疗方法第四部分 延缓和逆转衰老进程的最终方案

<<延缓衰老>>

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>