

<<血型食疗法战胜过敏>>

图书基本信息

书名：<<血型食疗法战胜过敏>>

13位ISBN编号：9787506277549

10位ISBN编号：7506277549

出版时间：2006-1

出版时间：世界图书出版公司

作者：彼得J.达达姆

页数：153

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>

## <<血型食疗法战胜过敏>>

### 内容概要

这套丛书主要叙述了血型与各种疾病之间的相互关系，血型疗法与常规方法的区别之处，并着重用大篇幅介绍了针对各类疾病的饮食方案、补充方案、运动方案，以及饮食怎样与运动相结合的治疗方法，且制定了因人而异、因病而异的详细四周计划，帮助读者能有参考、有计划地进行自我治疗；丛书还回答了很多血型与疾病相关的日常问题，让读者和他们身边的人们都能够得到更大帮助和利益。

这套书的引进出版，是为了让读者了解更多国外最新的信息，你在阅读完此书后，可以和临床医生、营养专家共同讨论，探索如何保持机体最佳的健康状态。

当然，作为一种新观念的引进，并不能取代医生及传统治疗方法在疾病治疗中的作用；而且对于每个人来说，由于个体差异，效果也是因人而异的，这一点也是我们一直强调的。

<<血型食疗法战胜过敏>>

作者简介

作者：(美)彼得J.达达姆 (美)凯瑟琳·惠特尼

## <<血型食疗法战胜过敏>>

### 书籍目录

概述 对抗过敏的新方法 为什么血型如此重要 测验 血型产生过敏的风险 第一篇 血型与过敏——基础知识 过敏的动力学 血型与过敏的关系 用常规和血型疗法的对抗过敏 第二篇 血型治疗方案 O型 A型 B型 AB型附录 附录A 术语的简单定义 附录B 常见问题解答

## <<血型食疗法战胜过敏>>

### 章节摘录

书摘枯草热是最常见的环境过敏综合征，是由通过空气传播的花粉和霉菌孢子所引起的。枯草热是季节性的，在春、秋季，有枯草热病史者会出现打喷嚏、黏膜充血和流涕等症状。根据他们居住地及过敏物的不同，患者还可有鼻、咽部、喉、眼、耳等部位的痒感。

常见的环境过敏物有：花粉、草、化学气体、吸烟、气雾剂、霉菌和植物霉变、香水、宠物毛发和皮屑，烧烤及树叶燃烧所产生的烟雾及空气污染。

花粉是花的雄性细胞，微小，椭圆形，这种微小的粉末颗粒是植物受精所必需的。花粉的平均直径比人的头发丝还细。

色彩鲜艳的花朵所携带的花粉(如玫瑰)一般不会引起过敏，而许多树、草及低灌木的花粉小、干、轻，容易随气流而播散，因此，此类花粉容易诱发过敏症状。

好发于初春季节的过敏性鼻炎常常诱发于橡树、雪松、榆树、白桦、山胡桃、白杨木、小无花果树、枫木、丝柏木及胡桃等植物的花粉。

在晚春和初夏，过敏症状则通常是在接触梯木草、狗牙根、果树及一些莓系属的牧草花粉后出现。

另外，在北美，豕草的花粉是引起晚夏和秋季枯草热的主要原因。

三齿蒿、藜、滚草、俄国蓟等的花粉则易诱发过敏性鼻炎。

虽然每年的授粉期大都相似，但气候可影响空气中花粉的数量，越往北，授粉期开始越晚。

P17

## <<血型食疗法战胜过敏>>

### 编辑推荐

“食出健康丛书”之一，针对个人血型的定向食物，有效预防过敏！  
根据血型定制的食谱，帮助减缓过敏症状！  
不同血型的维生素、微量元素的补充方案，增进健康。  
为期四周的综合计划，提供战胜过敏的饮食、锻炼和生活对策，为你和你身边的人打造一个健康的身体！

<<血型食疗法战胜过敏>>

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>