

<<营养免疫学>>

图书基本信息

书名：<<营养免疫学>>

13位ISBN编号：9787508701059

10位ISBN编号：7508701054

出版时间：2006-4

出版时间：中国社会出版社

作者：陈昭妃

页数：196

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>

<<营养免疫学>>

内容概要

《营养免疫学》受用一生的好书。
人体大多数的疾病都是免疫系统失调所引起，摄取天然、营养且无副作用的植物性食品，就能提高自身免疫力，自然不怕病来磨！

<<营养免疫学>>

作者简介

陈昭妃，美国杨百翰大学微生物学博士。
原籍台湾嘉义。

<<营养免疫学>>

书籍目录

第一篇 最好的医生—自己体内的免疫系统第一章 免疫系统的重要1. 免疫系统强弱影响身体健康2. 药物无法取代免疫系统功能第二章 免疫系统运作模式1. 关于免疫系统、2. 阵容强大的军队第三章 致命的病毒与失调的免疫系统1. 没有药物能真正治好感冒2. 病毒与细菌3. 病毒、癌症、爱滋病与免疫系统的关系第二篇 让人体自然对抗病菌侵袭——营养免疫学第四章 营养免疫学的重要1. 营养均衡与免疫系统的关联2. 免疫系统保健重于药物治疗第五章 “正确营养”带来的健康帮助1. 五种正确的营养观念2. 植物的营养内涵第三篇 如何吃才有益第六章 平衡免疫力的饮食策略1. 营养摄取的基本准则2. 简易检视三餐, 轻松规划保健大计第七章 营养是健康的根本, 食物是营养的来源1. 让你更健康长寿—抗氧化剂2. 新鲜蔬果蕴生机—植物营养素3. 抗病毒绝大发现——多醣体第八章 “菜市场”就是营养宝库1. 蔬菜摊2. 水果摊3. 中药店4. 奇珍食物5. 本草花园第四篇 身体系统的红绿灯第九章 身体系统总动员1. 皮肤系统2. 呼吸系统3. 消化系统4. 循环系统5. 骨骼肌肉系统6. 生殖系统7. 内分泌系统8. 神经系统第十章 了解药物的真相1. 维生素药丸2. 感冒药3. 肠胃药4. 止痛药5. 精神病药物6. 营养ABC7. 结语

<<营养免疫学>>

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>