

<<爱恨烟酒茶>>

图书基本信息

书名：<<爱恨烟酒茶>>

13位ISBN编号：9787535236869

10位ISBN编号：7535236863

出版时间：2007-4

出版时间：湖北科学技术出版社

作者：耿立坚，耿丽娜 著

页数：266

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>

<<爱恨烟酒茶>>

内容概要

茶、酒、烟已是人们长期谈论的话题。
调查显示，我国酒的产量逐年攀升。
吸烟人群在扩大，女性烟民也在增加，平均年龄在下降。
本文搜集大量的文选资料，以通俗简洁的话语，和您浅谈烟、酒、茶给您带来的利与弊。
让您理解许多疾病的发生，内因仅占20%，而外因占到80%。
科学、文明、健康的生活方式，能够调控外因，减少疾病的发生。
明白在科学发达了、生活富裕了的今天，增强全民健康意识，转变大众的思想观念，从小抓起。
由防病入手，把卫生预防知识宣传普及到全民的思想观念中。
身体是资本，健康是基石。
“生命和健康都单行线”，一旦逝去，永不复返。
因此，珍惜身体，不要透支健康，微缩生命。
我们诚告：戒烟限酒，饮茶养生。

<<爱恨烟酒茶>>

书籍目录

说戒烟一、烟草的由来二、烟草的毒性三、吸烟恶果四、吸烟成疾五、戒烟长寿六、相关常识谈限酒
一、酒历史与发展二、酒的两面性三、酒利健康养生四、嗜酒的危害五、酒品的知识六、其他小常识
叙品茶一、茶文化的起源二、茶之家谱三、茶益健康四、茶与养生五、饮茶常识

<<爱恨烟酒茶>>

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>