

<<睡睡平安>>

图书基本信息

书名：<<睡睡平安>>

13位ISBN编号：9787544128193

10位ISBN编号：7544128199

出版时间：2005-7

出版时间：沈阳出版社

作者：京利

页数：890

字数：200000

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>

## <<睡睡平安>>

### 内容概要

健康生活书系：它是一部通过系统高速人的饮食起居，防治各种疾病的生命科学丛书。

它是一部通过高速人脑工作状态，缓解和治疗人的各种疾病的生活宝典。

经过生命科学的研究，终结人类生命的主要狙击手，是疾病的一族。

对抗疾病的能手，是人自身的免疫系统。

免疫力的强弱，与人脑的功能强弱成正比，这是因为：万病的根源在于脑。

人的吃、喝、睡，决定着人脑功能和免疫系统的强弱。

人的吃、喝、睡，决定着人的健康和寿命。

科学的吃、喝、睡，健康长寿来！

## &lt;&lt;睡睡平安&gt;&gt;

## 书籍目录

九水护体·谈喝引言/九水滋润生命之树常青 索引 第一篇 万花丛中蜂撷来 一 暖心沁脾——蜜 二 全价营养库——花 三 免疫系统的强力外援——王浆 四 人体细胞的知己朋友——蜂胶 五 健康聚会——(蜂)蜡、巢、虫、毒 第二篇 雅俗共品话春秋 一 饮中之王——绿茶 二 她在丛中笑——红茶 三 犹抱琵琶半遮面——黄茶 四 偶尔露峥嵘——黑茶 五 含而不露——白茶 六 黑脸包公人人敬——青茶(乌龙茶) 七 欺世盗名——花茶(叶) 八 名正言顺——花(朵)茶 九 堪称对手——叶茶 十 报得三春晖——草茶 十一 清水出芙蓉——果茶 第三篇 谁怜李广不拜侯 一 养生助手——菜汁 二 甘甜爽口——瓜汗 三 五色五味——果汁 四 快乐健康——淡粥 第四篇 天性我材必有用 一 银瓶乍破水浆迸——泉水 二 掘地三丈始见君——井水 三 小拒不流胸怀广——江河水 四 独在异乡自满足——湖水 五 疑是银河落九天——雨水 第五篇 百席千宴常为魂…… 第六篇 难闻难咽不可缺 附录睡睡平安·说睡五谷丰射·谈吃

<<睡睡平安>>

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>