第一图书网, tushu007.com

<<饮酒与保健179问>>

图书基本信息

书名：<<饮酒与保健179问>>

13位ISBN编号：9787560729756

10位ISBN编号：7560729754

出版时间：2005-5

出版时间：山东大学出版社

作者：刘传民

页数：228

字数：195000

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

第一图书网, tushu007.com

<<饮酒与保健179问>>

内容概要

酒是人类文明的产物，但是，随着人们生活水平的提高，酒越来越使人不安。
酒精的滥用对人体的神经系统、消化系统、循环系统等多系统造成损害而且还来社会治安、公共卫生、意外伤害、家庭不幸等诸多社会问题。
　在2000年联合国公布的危害人类健康的十大因素中，酒被列为第五位，具体到发达国家列第三位，发展中国家列第一位，可见其危害的严重性。
酒精具有明确的细胞毒性、精神毒性及瘾性。
酒精引起的死亡比所有非法药物引起的死亡加起来还多。
　本书以酒文化篇、酒疾病篇、戒酒篇三部分介绍饮酒与保健，旨在让人们认识到大量饮酒的危害，使全社会形成文明用酒的风尚。

第一图书网, tushu007.com

<<饮酒与保健179问>>

书籍目录

酒文化篇　1.我国造酒历史有多久?　2.酒类有哪些品种?　3.我国名酒知多少?　4.哪些微量成分影响白酒的风味和质量?　5.微量成分是如何影响酒质的?　6.白酒中的香味物质是如何产生的?　7.世界及我国的饮酒状况如何?　8.酒进入人体后到哪儿去了?　9.人的酒量大小与什么有关?　10.少量饮酒好吗?　11.酒的营养价值如何?　12.适量饮用葡萄酒有什么好处?　13.为什么适量饮用啤酒对人体有益?　14.黄酒有什么特点?　15.酒的药用价值如何?　16.我国药酒知多少?　17.药酒能当普通酒喝吗?　18.怎样正确饮用药酒?　19.儿童和老年人饮酒好吗?　20.饮酒御寒是否有道理?　21.有了醒酒药作伴侣可以多饮酒吗?　22.饮酒能消毒杀菌吗?　23.家庭应当如何保管酒?　24.饮酒同服药物好吗?　25.何谓双硫醒样反应?　26.服单胺氧化酶抑制剂类药物为什么要忌酒?　27.饮酒服药应注意些什么问题?　28.“酒逢知己千杯少”有何道理?　29.饮酒同饮浓茶好吗?　30.饮酒同饮咖啡好吗?　31.不饮酒会“醉酒”吗?　32.空腹饮酒好吗?　33.用饮酒帮助入睡好吗?　34.有心理和人格障碍的人适宜饮酒吗?　35.运动员可以用饮酒来“放松”吗?　36.饮酒对血液化验有什么影响?　37.怎样喝酒不易醉?　38.哪些饮酒习惯不利身体健康?　39.你经历过酒骚扰吗?　40.哪些中药能解酒?　41.饮酒可缓解原发性震颤吗?　42.饮酒治疗有机氟农药中毒是何道理?　43.酒中哪些成分对人体有害?　44.假酒有什么危害?　45.假酒为什么会伤害人?　46.甲醇中毒有什么表现?应如何处理?　47.你如何知道自己饮了假酒?应如何对待?　48.如何才能避免饮用假酒?　49.为什么劣质酒对人体的毒害大?　50.你知道怎样识别酒的真假吗?　51.啤酒出现浑浊、沉淀是什么原因?　52.酒类的发展趋势如何?　53.什么叫安全饮酒、有害饮酒和危险饮酒?　54.世界卫生组织是如何看待饮酒的? 酒疾病篇戒酒篇

第一图书网, tushu007.com

<<饮酒与保健179问>>

章节摘录

随着我国经济的发展，人民物质生活水平提高，越来越多的人关心自身的健康长寿，希望通过药物、食品防病祛病，延缓衰老，益寿延年，因此购买药酒和自制药酒的现象比较普遍，但是不少人并不知道怎样正确饮用药酒。

首先，要选择自己适用而又安全可靠的药酒或药酒配方。

中国的药酒依据中医的辨证理论施药，每一种药酒都是根据不同病症、不同个体而定的。

对于民间的流传单方、验方，也要先请教医生后才能配制药酒，以免引起不良反应，甚至生命危险。

每个人的体质不同，对体虚者，中医分为气虚、血虚、阳虚、阴虚四大类，中药也相应分为补气、补血、补阴、补阳，如选择不当则适得其反。

当补则补，不当补不可乱补。

因此用补益药酒一定要遵循中医辨证论治原则。

药酒并不是所有人都适合饮用的，如孕妇、乳母和儿童等就不宜饮用；年老体弱者新陈代谢相对缓慢，饮用药酒应适当减量；凡有感冒、发热、呕吐、腹泻等病症时不宜饮用滋补类药酒；对于肝炎、肝硬化、消化系统溃疡、浸润性肺结核、癫痫、心脏功能不全、慢性肾功能不全、高血压病等患者来说，饮用药酒也是不适宜的，很可能会加重病情。

此外，对酒精过敏者和皮肤病患者也要禁用或慎用药酒。

药酒通常应在饭前服用，一般不宜佐膳饮.以便药物讯速吸收，较快发挥作用。

药酒以温饮为佳，温饮能更好地发挥药酒的温通补益作用。

服用药酒不宜过多，根据病人对酒的耐受量，每次可饮10～30mL，耐受差者可饮5～15mL，不会饮酒者可用白开水50mL稀释后服用。

……

第一图书网, tushu007.com

<<饮酒与保健179问>>

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