

<<现代生活中的1000个不宜>>

图书基本信息

书名：<<现代生活中的1000个不宜>>

13位ISBN编号：9787801949707

10位ISBN编号：7801949706

出版时间：2006-1

出版时间：人民军医出版社

作者：孟庆轩

页数：513

字数：528000

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>

<<现代生活中的1000个不宜>>

内容概要

本书由科普作家和医学专家共同编写，在第一版的基础上修订而成。

作者综合运用预防医学、临床医学、运动医学、性医学、营养学等科学原理，紧密结合现代生活实际，对吃、喝、烹调、健美、用药、伤病防治、穿戴、睡眠、性保健、生活习惯以及妇女、儿童、老人等14个方面共1000余个日常生活中不够科学、不够合理的做法，进行了科学的分析，讲清这些做法“不宜”的道理和纠正的方法，读者可从中吸取大量科学知识，从而趋利去弊，促进身心健康，使生活更加幸福美满。

本书内容丰富，叙述简练，科学实用，系军医版畅销书之一，适于广大群众阅读参考。

<<现代生活中的1000个不宜>>

书籍目录

吃的不宜 哪些人不宜吃鱼 哪些人不宜吃甲鱼 哪些人不宜吃螃蟹 哪些人不宜吃涮羊肉 哪些人不宜吃腊肉 哪些人不宜吃粽子 哪些人不宜吃西瓜 哪些人不宜吃碘盐 哪些人不宜吃辣椒 哪些人不宜吃豆制品 哪些人不宜吃蜂王浆 哪些人不宜吃月饼 哪些人不宜吃鸡蛋 哪些人不宜吃花生 哪些人不宜吃银耳 哪些人不宜吃香蕉 哪些人不宜吃冷食 哪些人不宜吃菠萝 哪些人不宜吃蘑菇 哪些人不宜多吃糖 哪些人不宜多吃巧克力 吃螃蟹八不宜 吃海鲜四不宜 6种鸡蛋不宜食用 不宜食用冰冻西瓜 不宜多吃西瓜 夏季不宜贪吃的4种食物 开车时不宜多吃哪些水果 不宜空腹吃的16种食物 不宜同时吃的22种食物 不宜食用的水果、蔬菜皮 不宜吃野生动物 春笋鲜美但不宜多吃 豆腐虽好不宜多吃 疲劳时不宜吃肉 鱼蛋 劳累后不宜暴饮暴食 不宜忌吃肥肉 不宜多吃“红肉” 不宜吃色泽过分鲜艳的熟肉 不宜偏食猪肉 吃狗肉五不宜喝的不宜 烹调的不宜 健美的不宜 用药的不宜 伤病防治的不宜 妇女的不宜 儿童的不宜 老人的不宜 穿戴的不宜 睡眠的不宜 性保健的不宜 生活习惯的不宜 其他不宜

<<现代生活中的1000个不宜>>

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>