

<<不可不知的救命健康常识>>

图书基本信息

书名：<<不可不知的救命健康常识>>

13位ISBN编号：9787807637615

10位ISBN编号：7807637617

出版时间：2012-4

出版时间：广西科学技术出版社

作者：[日] 安保彻，石原结实，福田稔 著，刘波 译

页数：324

译者：刘波

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>

<<不可不知的救命健康常识>>

内容概要

《不可不知的救命健康常识》是日本三大国宝级医生安保彻、石原结实、福田稔从认知疾病的方法、饮食和运动的重要性等多重领域，以广阔视角告诉读者如何认知疾病，如何拥有健康、增进健康及改善体质等。

书中内容是由这三位年龄、体质及个性迥异的医师根据此前各自积累的经验为基础编撰而成。

阅读本书的诸位读者，可以在参考几位医生间的共同点、相异点及着眼点后，根据自身情况，选择容易操作的方式，逐步调理自己的身体，开心地度过健康和精神充沛的每一天。

本书不仅是一本非常适宜家庭用于日常预防疾病的医学参考书籍；此外，还是一本帮助患者早日恢复健康的辅助治疗用书。

<<不可不知的救命健康常识>>

作者简介

安保彻，医学博士。

现任日本新泻大学研究院免疫学教授，国际知名的免疫学专家。

石原结实，医学博士，现为石原自然疗养院院长，是日本倍受欢迎的医学解说专家。

福田稔，日本福田医院医师,日本自律神经免疫治疗研究会理事长。

福田医生确立了通过提升免疫力治疗疾病的自主神经免疫疗法，在此基础上，他开发出独具疗效的发旋疗法。

<<不可不知的救命健康常识>>

书籍目录

第一章 非常识推荐

- 非常识1 过于认真服用药物反会招致疾病?安保彻?
- 非常识2 治病不一定用药,教你自然疗法的名医?石原结实?
- 非常识3 将废物从身体排出,才是健康的基石?福田稔?
- 非常识4 生病的原因在于压力过大和体温过低?安保彻?
- 非常识5 摄入过多水分会引发水毒症?石原结实?
- 非常识6 白细胞分类计数检查很重要?福田稔?
- 非常识7 具有生命的食物是最天然的药物?安保彻?
- 非常识8 胡萝卜苹果汁就是药物中的魔术师?石原结实?
- 非常识9 利用疼痛刺激反射治疗疾病?福田稔?
- 非常识10 延长健康的寿命远胜于平均寿命?安保彻?
- 非常识11 不拘时的验方生姜红茶?石原结实?
- 非常识12 头寒足热的真正意义?福田稔?
- 专栏1 白细胞承担免疫功能的重任?安保彻?

第二章 了解病因是改善疾病的第一步

- 自主神经平衡是健康的保障?安保彻?
- 体质决定患病的类型?石原结实?
- 自主神经免疫疗法效果佳?福田稔?
- 把握季节、天气和白昼的自主神经节奏?安保彻?
- 血液污浊是万病之源?石原结实?
- 治愈过程中必然出现的“好转反应”?福田稔?
- 癌症的本质?安保彻?
- 癌症并不可怕?石原结实?
- 癌是血液的净化装置?石原结实?
- 发热和癌细胞转移是人体反攻癌症的开始?福田稔?
- 异位性皮炎的真相?福田稔?
- 孩子患皮炎,最需改善生活方式?安保彻?
- 皮肤的排泄对于身体是好事?石原结实?
- 认识治疗过程中伴随的病情反复现象?福田稔?
- 代谢综合征是一种常见的病?石原结实?
- 正确认识高血压?石原结实?
- 正确认识高血脂?石原结实?
- 正确认识糖尿病(2型糖尿病)?石原结实?
- 饮食并不过量却招来的高血糖?安保彻?
- 治疗高血压,与其减少盐分不如减少水分?石原结实?
- 血流障碍诱发的“三高”?福田稔?
- 改变生活方式后高血压也能适当停药?安保彻?
- 从血液污浊到疾病的转变?石原结实?
- 问诊可以辨知治愈疾病所需的时间?福田稔?
- 正确认识抑郁症?福田稔?
- 体寒引发心寒,与抑郁症密切相关?安保彻?
- 体温低是引发抑郁症的主因?石原结实?
- 白细胞的比例和数量决定免疫的质量和能?福田稔?

.....

第三章 出现症状是身体发出的改善请求

<<不可不知的救命健康常识>>

第四章 用具有生命力的饮食构筑健康

第五章 运动和刺激，发掘自愈力

第六章 温热改善免疫力法

第七章 健康的生活方式

特别篇 假如罹患癌症的人是我

后记

<<不可不知的救命健康常识>>

编辑推荐

日本三大国宝级医生联手，破解连大夫都有可能弄错的健康秘密，带你走向健康之路的保健书，保健救命，这些小常识你压根不懂，健康长寿，要靠医生更靠自己把握。

<<不可不知的救命健康常识>>

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>