

<<持營保泰>>

图书基本信息

书名：<<持營保泰>>

13位ISBN编号：9789881737465

10位ISBN编号：988173746X

出版时间：2008

出版时间：天窗出版

作者：顧小培

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>

<<持營保泰>>

内容概要

本書內容是透過健康的飲食和生活習慣，與及服用適合的健康食品，為都市人身心充電，達到強身健體，修身美白，調節生活，減緩老化的功效。

<<持營保泰>>

作者簡介

本書作者顧小培博士，從事免疫新藥研究及生物科技研究等工作多年，尤其對中風、糖尿病、癌症、肝硬化、肺病、關節炎等病症素有研究。

所以，書中其中一個重點，就是以西方醫學的研究角度，指出一些傳統補藥如靈芝、燕窩、雪蛤膏及鹿尾巴等，雖然有一定的營養價值，但也有機會不適合患上某些病症的病人服用，提醒讀者切忌胡亂進補。

反而一些平靚正的健康食物如綠茶、冬菇、芝麻及黃豆等，雖然價錢平宜，卻原來營養十足，有益兼且沒有副作用。

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>