

《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：9787801571670

10位ISBN编号：7801571673

出版时间：2003-8

出版社：人民军医出版社

作者：孟庆轩 编

页数：446

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu111.com

《现代生活中的1000个不宜》

内容概要

本书综合运用预防医学、临床医学、运动医学、营养学等科学原理，对吃、喝、烹调、健美、用药、伤病防治、穿戴、睡眠、药物、生活习惯以及特殊人群等14个方面共1000余个现代生活中不够科学，不够合理的做法，进行了科学分析，讲清“不宜”的道理，同时阐明正确观点。读者可以从中吸取科学知识，从而趋利去弊，进一步提高生活质量，有利于健康与长寿，使生活更加幸福和美满。

本书语言通俗，叙述简练，科学实用，适于广大群众阅读。

《现代生活中的1000个不宜》

书籍目录

吃的不宜

不宜吃鸡蛋的人

不宜吃花生的人

不宜吃月饼的人

不宜吃辣椒的人

不宜吃银耳的人

喝的不宜

不宜喝白酒的人

不宜喝啤酒的人

不宜喝牛奶的人

不宜喝茶的人

不宜喝可乐的人

烹调的不宜

《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：www.tushu111.com