

<<小学健康教育>>

图书基本信息

书名：<<小学健康教育>>

13位ISBN编号：9787301161432

10位ISBN编号：7301161433

出版时间：2011-8

出版时间：北京大学出版社

作者：《健康教育》重编组 编

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>

<<小学健康教育>>

内容概要

## <<小学健康教育>>

### 书籍目录

健康新概念  
健康生活方式知多少  
自己动手测量体温和脉搏  
预防牙周炎  
有毒食物不要尝  
预防食物中毒  
正确上网  
珍爱生命，拒绝毒品  
洁净空气，生命的保证  
关注生命之——水安全  
骑车烧伤和烫伤的紧急救治  
学会处理小外伤  
预防煤气中毒

章节摘录

版权页：插图：1.未成熟或发芽的马铃薯。

马铃薯俗称土豆，其中含有一种叫“龙葵素”的毒素，对胃黏膜有较强的刺激性，可引起溶血，并对运动中枢及呼吸中枢有麻痹作用。

成熟马铃薯中龙葵素含量很少，不会引起中毒。

但发芽、皮肉青绿色或未成熟的马铃薯中毒素含量较高，吃了就容易引起急性中毒，所以应避免食用未成熟或发芽的马铃薯。

2.不熟的扁豆和四季豆。

生的扁豆和四季豆中含有皂苷和凝集素两种有毒物质，对人体消化道具有强烈的刺激性，并对红细胞有溶解或凝集作用。

如果烹调时加热不彻底，其中的毒素未被破坏，食用后就会引起中毒。

烹调时充分炒熟煮透就可避免中毒。

3.生豆浆。

生豆浆加热不彻底，其中的皂苷等有毒物质未被破坏，饮用后可造成中毒。

因此生豆浆必须煮熟后才能饮用。

编辑推荐

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>