

<<健康真律>>

图书基本信息

书名：<<健康真律>>

13位ISBN编号：9787507415636

10位ISBN编号：7507415635

出版时间：2003-12

出版时间：中国城市出版社

作者：李德初

页数：217

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>

## <<健康真律>>

### 内容概要

人体要怎样排毒？  
肉食、鱼类、牛奶与疾病有什么关系？  
为什么常常运动，死亡率低？  
油脂、胆固醇怎么找上你？  
标准体重卡路里怎么算？  
压力与慢性病什么关系？  
如何提升免疫力？  
素食者怎么坐月子。  
你想要知道的自然健康秘笈，就在《健康真律》中。

<<健康真律>>

作者简介

李德初，医生，1958年生，高雄医科大学医学系毕业，英国莱斯特大学企管硕士，美国威玛临床预防医学研究所研究员，美国功能性医学会研究员，美国自然医学认证委员会授证自然疗法医生，美国自然疗法医生，美国抗老化医学会会员，美国针灸研究所研究员，外科专科、急诊医学科、急救加护医学学专科医生，针灸学会、美容外科医学会、镭射处科医学会、医用超音波医学会、诊断用超音波医学会会员。

前台安医院新起点部负责医师、前安法诊所主治医师、前安法水莲诊所负责医生，现任圣康自然医学既预防医学推广中心主任医生、宏恩医院、署立台北医院医生。

<<健康真律>>

书籍目录

前言第一章 真正健康的自然定律第二章 排毒第三章 食肉安全吗第四章 牛奶与癌症、糖尿病第五章 食用深海鱼还安全吗第六章 别再迷信高蛋白第七章 常常运动死亡率低第八章 骨质疏松症第九章 碱性及酸性食物第十章 油脂、胆固醇vs.健康第十一章 中国内地的研究报告第十二章 人类最初期的食谱第十三章 糖尿病第十四章 标准体重卡路里之算法.....

<<健康真律>>

媒体关注与评论

书评好医生不单只会开药方，还要会开生活及饮食处方，给你全新的lifestyle。行医十多年，李德初医生以改变饮食以及生活方式来指导病患控制和改善病情。只要你放弃一点口腹之欲，就可换得千金难买的健康。

## <<健康真律>>

### 编辑推荐

好医生不单只会开药方，还要会开生活及饮食处方。

行医十多年，李德初医生以改变饮食及生活方式来指导病患控制和改善病。

只要你放弃一点口腹之欲，就可换得千金难买的健康。

别让脂肪无限进驻，在下巴加盖一层、二层、三层的住宅；在腹部和大腿无限扩大居住空间。

别让胆固醇堆积在血管里，瘫痪了你的新陈代谢。

不良的生活饮食习惯，让你的身体提早老化、免疫力下降；你现在就可以改变多年来的不良生活方式，反转身体的负面能量，让你长寿又健康！

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>