第一图书网, tushu007.com

<<你不可不知的排毒解毒100招>>

图书基本信息

书名：<<你不可不知的排毒解毒100招>>

13位ISBN编号：9787534576805

10位ISBN编号：7534576806

出版时间：2011-1

出版时间：江苏科学技术出版社

作者：程朝晖

页数：192

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

内容概要

环境中有毒污染物可以通过各种途径进入人体，达到一定程度时就会给人们带来灾难。
目前．环境中的有毒污染物种类繁多，既有有机污染物，也有无机污染物．人们耳熟能详的二恶英可谓是臭名昭著。
己被列为危害人类的致癌物。
其实，天然存在的二恶英极少，但随着工业生产的发展，焚烧垃圾、含氯化工及农药生产、汽车尾气排放、纸张漂白等人类生产活动使得二恶英污染水平大幅度升高，因此，现代生活中的人们不得不考虑排毒解毒的问题。

排毒解毒的方法源于人们的社会实践活动．具体方法有很多，本书从饮食、运动、心理、按摩等方面列举了许多排毒解毒的妙招，对一些时尚的排毒解毒方法也做了详细的解读．并对酒精中毒这一日益普遍的社会现象提供了行之有效的解毒方法．可供读者在浏览时学习使用。
祝每一位读者开卷有益，越活越健康．越活越美丽!

作者简介

程朝晖
香港朝晖美容集团董事长、南京中医药大学客座教授。
中华全国工商联美容化妆品业商会副会长、江苏省政协委员、中国美容化妆品业美容教育家、中国美容化妆品业十年功勋人物。
中国人民大学工商管理硕士、美国南加州大学工商管理硕士。
主编专著12部。

<<你不可不知的排毒解毒100招>>

书籍目录

饮食排毒是关键
妙招1　素食排毒有妙招
妙招2　生食排毒有妙招
妙招3　断食排毒有妙招
妙招4　膳食纤维排毒有妙招
妙招5　妙用黑木耳可排毒
妙招6　妙用蘑菇可排毒
妙招7　妙用香菇可排毒
妙招8　妙用金针茹可排毒
妙招9　妙用芦荟可排毒
妙招10　妙用魔芋可排毒
妙招11　妙用玉米可排毒
妙招12　妙用麦*可排毒
妙招13　妙用米皮爆可排毒
妙招14　妙用红薯可排毒
妙招15　妙用薏苡仁可排毒
妙招16　妙用绿豆可排毒
妙招17　妙用茶叶可排毒
妙招18　巧妙饮水可排毒
妙招19　妙用海带可排毒
妙招20　妙用黄瓜可排毒
妙招21　妙用苦瓜可排毒
妙招22　妙用苜蓿可排毒
妙招23　妙用马齿苋可排毒
妙招24　妙用菊花脑可排毒
饮食排毒是关键
运动排毒有妙招
精神排毒有妙招
清洗排毒有妙招
按摩排毒有妙招
时尚排毒妙招
解毒有妙招

编辑推荐

全面排毒使人拥有真正的健康！
饮食时尚51＋精神运动24＋清洗按摩解毒25　　时尚话题，对搞污染，排毒妙招，开卷有益

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