

<<宝宝抵抗力100分>>

图书基本信息

书名：<<宝宝抵抗力100分>>

13位ISBN编号：9787538427639

10位ISBN编号：7538427635

出版时间：2005-1

出版时间：吉林科学技术出版社

作者：台视文化公司编辑群 编

页数：95

字数：120000

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>

<<宝宝抵抗力100分>>

内容概要

所谓抵抗力，其实就是我们常说的“免疫力”，它是我们身体中一支强而有力的战斗力量，帮助我们身体对抗细菌及病毒，保护我们的健康。

每一个人的身体中均有这种与生俱来的抵抗力，抵抗力军队的战斗力好坏，是决定我们身体强弱的指标！

抵抗力要正常即可，过与不及都比较容易引发疾病。

抵抗力不足容易发生免疫系统不全及传染性疾病：相反地，抵抗力过强则容易产生过敏、气喘、红斑狼疮等病症。

增强孩子的抵抗力，让孩子健健康康地成长，是现代父母的最大心愿。

本书针对提升孩子抵抗力的各种实用方法做系统的整合，内容包括抵抗力对孩子的重要性、增强婴幼儿抵抗力的饮食法、12道增强孩子抵抗力的健康药膳、抵抗力差易患的疾病、如何增强孩子的心理免疫力等主题，对提升孩子抵抗力的方法作了详细的介绍，丰富扎实，深入浅出，是一本非常实用的育儿书。

<<宝宝抵抗力100分>>

书籍目录

Part1 关于抵抗力 什么是抵抗力 强不强有关系 遗传体质天注定 强过头的过敏体质 体重过胖抵抗力投降 抵抗力VS·智力 Part2 增强婴儿抵抗力的饮食方法 让身体自然发威 必胜营养素 增加抵抗力的36种材料 你的孩子正在吃基因食品吗 慎选婴幼儿奶粉 Part3 12道增强孩子抵抗力的健康药膳 四神猪肚汤 清炖萝卜排骨汤 桂圆红枣鸡汤 黄精山药炖鸡汤 粳米粥 薏米粥 参芪鸡片汤 山药面 山药莲子粥 大枣粥 红枣黄芪汤 菊妃黑豆茶 Part4 为孩子创造健康优质的生活 良好的睡眠质量 让孩子一觉到天亮的六大招数 长时间吹冷气会降低抵抗力 注意居家空气品质 Part5 抵抗力差易患的疾病 《感冒篇》 你不知道的感冒 引起感冒的原因 感冒容易引起的并发症 诊治&护理 不可轻忽的感冒前兆 搞定哭闹的小病人 喂药不再烦人 孩子夜咳的有效对策 预防必胜招 感冒的预防对策 《腹泻篇》 容易脱水的腹泻 引起腹泻的原因 诊治&护理 该如何治疗腹泻 预防必胜招 预防腹泻的八大招数 《肠病毒篇》 闻之色变的肠病毒 肠病毒的传染途径 诊治&护理 肠病毒治疗与照顾 预防必胜招 远离肠病毒守则 预防肠病毒的药膳 Part6 关于心理免疫力 何谓心理免疫力 心理状态影响身体抵抗力 心理免疫力直接影响人生观 老师角色举足轻重

<<宝宝抵抗力100分>>

章节摘录

插图

<<宝宝抵抗力100分>>

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>