

<<有钱人爱得富贵病>>

图书基本信息

书名：<<有钱人爱得富贵病>>

13位ISBN编号：9787801748690

10位ISBN编号：7801748697

出版时间：2010-6

出版时间：中医古籍出版社

作者：易磊

页数：258

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>

<<有钱人爱得富贵病>>

前言

有钱人，你是否开始娇惯自己了？

问这话时，很多有钱人都会断然否定。

在他们看来，如果你说他们娇惯孩子、溺爱孙子，他们还会笑呵呵地默认；对于孩子，想吃什么就让他们吃什么，想穿什么就给他们买什么，想要什么就给他们什么，反正，现在生活富裕了，也不差那点钱！

再说，挣钱还不是为孩子吗？

但如果你要说他们“娇惯自己”，恐怕一些人会气从心中生地跟你急。

因为他们认为，自己拼搏奋斗，吃苦受罪，从来都是像“老黄牛”一样，只问耕耘，不问收获，只讲奉献，不求回报。

他们压根儿就没有想过自己，又哪来的娇惯？

事实果真如此吗？

就拿自认为自己整天“打江山”，然后又不辞辛劳“坐江山”的老板族来说吧：从吃的角度讲，很多人都是有钱了，想吃什么吃什么，海鲜、啤酒当饭吃；从住的角度来看，豪华别墅，还尽享智能化的装修，开个门掀个窗帘，都不用亲力亲为，一个按键就搞定了；从出行来看，进百米的超市还奔驰去奔驰来，跨时空进行的国际洽谈，更是专机来专机去，难道说还嫌娇惯不够？

身价上千万的人如此，身价数百万的人也大体相当，那么，尽享高薪的人又如何呢？

无论是那些按劳分配下全力驱驰人生的“工作狂”，那些叱咤职场的“白骨精”，那些追赶潮流的“时尚族”，那些善待自己彰显个性的“娱乐族”。

<<有钱人爱得富贵病>>

内容概要

这本书包括了老板，工作狂人，电脑迷，娱乐新人类，时尚丽人和开车族等，其关注涵盖了几乎所有达人，从疾患的角度，更是从咖啡病、内急症、焦虑症等等包括了身体的和心理的各种病症，甚至从那些司空见惯的化妆中敏锐发现首饰病、口红病等，不仅让人耳目一新，而且在精炼的文字阅读中，收获一份健康。

<<有钱人爱得富贵病>>

书籍目录

序言 有钱人，莫把身体“惯”坏了第一章 莫上当，有钱人别把身体惯坏了 第一节 放任懒惰，生活由着性子来 懒得动，小资一族成“沙发土豆” 懒得做，小心“养”出精神分裂症 吃饱睡，为身体埋下“定时炸弹” 第二节 娇惯嘴巴，脑子想吃嘴巴就点 嗜辣成性，过把瘾就死 大排档，老百姓的富贵生活 甜点，让你心甜口甜的“幸福杀手” 第三节 贪图享受，活着就该“爱自己” 恋床十分钟，成为“早餐逃跑族” 懒得卸妆，自毁健康的“天然长城” 无酒不成席，有酒才吃得香第二章 老板族：养尊处优当心“安乐死” 第一节 别墅综合征：气派豪宅成疾患“大棚” 甲醛中毒症：装修越豪华伤害越大 光浴综合征：别样桑拿“拿”掉健康 智能综合征：家装智能化，人体功能在退化 第二节 风流病：欲你所欲当心“伤财劳命” 爱贵专一：沾花惹草引发“艾滋病” 肾亏虚：流“精”岁月扭亏为盈.....第三章 白骨精：事业诚可贵，健康价更高第四章 工作狂：大忙人有“大代价”第五章 开车族：驰骋人生当心追逐“死亡”第六章 电脑族：冲浪，请扼守“安全第一”第七章 时尚族：美在当下，别拿健康赌明天第八章 娱乐族：放飞心情，让你欢喜让你忧

<<有钱人爱得富贵病>>

章节摘录

酒与人体健康之间的关系，其实古人早就有所认识。

在《黄帝内经》的《素问·厥论篇》中就有这样的记载：“岐伯曰：酒入于胃，则络脉满而经脉虚，脾主为胃行其津液者也，阴气虚则阳气入，阳气入则胃不和，胃不和则精气竭，精气竭则不营其四支也。

此人必数醉若饱以入房，气聚于脾中不得散，酒气与谷气相薄，热盛于中，故热遍于身，内热而溺赤也。

夫酒气盛而僇悍，肾气有衰，阳气独胜，故手足为之热也。

” 这里说的是什么意思呢？

岐伯说，酒为水谷之精，熟谷之液，其气凶悍，所以入于胃后先从卫气行于皮肤而使络脉充盈，经脉和络脉不能同时得到充盈，所以就形成了络脉盈而经脉亏的局面。

而脾主胃，脾胃不开，自然津液不行。

因此，如果长期饮酒，则酒性热，热则伤阴，所以又会出现阴虚，阴虚则阳气就会乘机进犯胃，因为阳盛伤胃。

胃不和则水谷精气无以化生则会出现虚衰的体象，精气虚衰，则四肢就得不到滋养，如果再加之醉饱入房的话，则脾肾俱伤，脾伤了则身体机能得不到运化，肾虚了则没有精气可以滋养脾，所以，酒食之气就会聚而不散。

所以通身发热，而且肾中之阴气日衰，这就是常伴有手脚发热的原因。

可见，酒喝多了对人体健康的伤害是巨大的。

第一，诱发肝病 酒伤肝，这一点普通老百姓可谓是张口就来，但令人遗憾的是，明明知道不可以，但仍有人以身试酒。

从临床的统计就能清晰地看出来，节日后，酒精性肝病发病患者明显增多。

长期过度饮酒，造成的肝细胞中脂肪淤积、变性、坏死和再生，最终导致肝纤维化和肝硬化，甚至可能引起肝癌的发生。

<<有钱人爱得富贵病>>

媒体关注与评论

看了这本书给人恍然大悟的感觉，原来人的病就是这样在不经意中得出来的，原本对自己的健康很放心，才知道一些现实中看似“富贵”的生活，却在蚕食着我们的健康，忙碌只是我们的一个借口而已。

——外企文秘 李国霞 陪孩子逛书店，买了这本书，语言很通俗，内容很实用。仿佛是对照自己写的，天天工作离不开电脑，上下班开车，工作起来不要命，熬更守夜，加班加点... 很多人都说自己是最好的医生，看了这本书，才知道，原来把健康折腾出去的也是我们自己，那么，自己惹的祸自己治，值得珍藏。

——私企老板 牛民强 这本书很实在，看到前言“你娇惯自己了吗？”正如作者预测，我是气不打一处来，辛辛苦苦了，怎么还说娇惯自己，仿佛很自私，看完后才明白作者一番苦心，是在“提醒”我们要在忙碌之余科学、合理注重健康，捕捉的都是生活的细节，很值得一读，还送了一本给班主任老师，不是要走后门哦！

——名校学生 田鹏霞 这本书包括了老板，工作狂人，电脑迷，娱乐新人类，时尚丽人和开车族等，其关注涵盖了几乎所有达人，从疾患的角度，更是从咖啡病、内急症、焦虑症等等包括了身体的和心理的各种病症，甚至从那些司空见惯的化妆中敏锐发现首饰病、口红病等，不仅让人耳目一新，而且在精炼的文字阅读中，收获一份健康。

——栏目编辑 文化憨豆

<<有钱人爱得富贵病>>

编辑推荐

生活提高了，为什么你的健康在减少？
医疗进步了，为什么现代人爱得富贵病？
忙着工作，忙着应酬，别忘了忙着健康！
人类85%的重大疾病都是由小隐患引发！
改变地位，改变生活，别忘了改变观念！
人类90%的小隐患都是由不良生活方式所引起！

<<有钱人爱得富贵病>>

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>