

<<健康的食品健康吃>>

图书基本信息

书名 : <<健康的食品健康吃>>

13位ISBN编号 : 9789571342993

10位ISBN编号 : 9571342998

出版时间 : 2005年04月25日

出版时间 : 時報文化

作者 : 黃惠宇

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>

<<健康的食品健康吃>>

内容概要

<<健康的食品健康吃>>

作者简介

麥可．霍伊 (Michael Hoeye)

現居奧勒崗，曾在紐約擔任教職，也擅長攝影、廣告文案，「時間不等鼠」系列最初由他自己包辦設計出版，並自行走校園、圖書館等通路發行促銷，以書本的口碑成功地影響主流媒體。

<<健康的食品健康吃>>

书籍目录

本书目录二十一世纪的健康之道 序言 什么是整合医学？

营养药物 台湾对于保健食品的定义及规范健康食品怎么吃、如何选？

1.自我评估购买健康食品的目的
2.市面上常见的营养补充食品 维他命（维生素）与矿物质的妙用 认识各种维生素及矿物质 抗氧化剂 酵素 超级食物 常见天然饮食补充品
3.详细阅读产品标示
4.避免购买的十二种成分善用健康食品来防治疾病 焦虑症 忧虑症 糖尿病 肥胖症 异位性皮肤炎 动脉粥漾硬化症 高血压 一般感冒 肝炎 肠道躁郁症 巴金氏症候群 关节炎 经前症候群 骨质疏松症 气喘

<<健康的食品健康吃>>

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>