

<<啤酒保健学>>

图书基本信息

书名：<<啤酒保健学>>

13位ISBN编号：9787504640178

10位ISBN编号：7504640174

出版时间：2005-4

出版时间：赵焕然 中国科学技术出版社 (2005-04出版)

作者：赵焕然

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>

## &lt;&lt;啤酒保健学&gt;&gt;

## 内容概要

《啤酒保健学:金川保健啤酒研究》主要内容简介:21世纪是以人为本的世纪,人则是以健康为本而健康是以养生预防为本。

因为治病是下游,事倍功半,养生是上游,事半功倍。

“黄帝内经”记载:“上工治未病”“圣人不治已病治未病”,西方谚语:“一两预防胜过一磅治疗”,都说明了养生重要性。

现代研究表明:一元钱的预防投入可以节省医药费8.59元。

而临床实践表明,又可相应地节省约一百元的重症抢救费,更重要的是,预防不仅仅是为了省钱,预防做好了,健康水平提高了,疾病减少,自己少受罪,儿女少受累,节省医药费,还能造福全社会,何乐而不为呢?

那么如何预防呢?

世界卫生组织指出:在健康的四项基本要素中,父母遗传占15%;环境因素占17%,其中社会环境10%,自然环境7%;医疗条件占8%;而个人的生活习惯,生活方式占60%,也就是说,健康的决定性因素是自己的生活方式。

在生活方式中,合理膳食占13%,心理平衡占30%,其他如运动、烟酒等占17%。

世界卫生组织的观点正印证了2500年前古希腊名医、现代医学之父希波克拉底的名言:“病人的本能就是病人的医生,而医生只是帮助本能的”,也正精辟诠释了我国古代传统医学的说法:“药疗不如食疗,食疗不如心疗”。

因此,人们常说的“最好的医生是自己,最好的处方是知识,最好的药物是时间,最好的心情是宁静”是有充分科学依据的。

人的生老病死本如花开花落、春夏秋冬一样是自然界的美丽现象,但这是指的自然凋亡,即无病无痛,无疾而终,百岁之后,悄悄离去在睡梦中,而许多人却是病理死亡,中年得病,肉体痛苦,精神折磨,身心煎熬,人财两空。

原因是什么呢?

很简单,就是我们违背了自然的规律,受到了自然的惩罚。

## &lt;&lt;啤酒保健学&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 绪论第一节 保健食品概述第二节 健康与亚健康第三节 长寿与衰老第四节 保持健康的方法第二章 金川保健啤酒中营养素及原辅料的保健功能第一节 水第二节 碳水化合物第三节 蛋白质和氨基酸第四节 脂肪第五节 维生素第六节 无机盐(矿物质)第七节 酒精第八节 大麦、大米、啤酒花第三章 保健食品中的功效成分第一节 功能性碳水化合物第二节 功能性含氮化合物第三节 功能性脂类第四节 维生素第五节 矿物质和微量元素第六节 植物化学物质第七节 核酸系物质第八节 益生菌第九节 低能量食品成分第十节 海洋生物中活性物质第四章 中国的传统食品保健学说第一节 概念和内容第二节 起源第三节 重要著作I第四节 主要理论第五节 保健原则第六节 保健机理第五章 金川啤酒的保健功能第一节 促进消化功能与对胃黏膜损伤的辅助保护功能第二节 对心脑血管病的预防保健功能第三节 抗疲劳功能第四节 催眠功能第五节 对肺结核的抑制功能第六节 对痤疮皮疹的治疗功能第七节 抗氧化功能第八节 延缓衰老功能第九节 增强免疫力功能第十节 降血糖功能第十一节 利尿功能第十二节 金川矿泉水的保健功能金川保健啤酒研究文选中国金川保健啤酒的保健功能金川保健啤酒的延缓衰老功能啤酒的第三功能增加一个角度来研究和生产啤酒对营养啤酒的成分及其特殊功用的探索健康的饮食文化与啤酒论啤酒中酒精的功能在科技战线的最前沿厚德载物话金川我与金川保健啤酒

## 章节摘录

版权页：插图：一、关于健康1948年世界卫生组织在其宪章中对健康所下的定义是：“健康不仅是免于疾病和衰弱，而且是保持体格方面、精神方面和社会方面的完美状态”。

1978年9月，国际初级卫生保健大会发表的《阿拉木图宣言》中，对健康内涵的描述重申“健康不仅是疾病和体弱的匿迹，而是身心健康、社会幸福的完美状态”。

并且提出“健康是基本人权，达到尽可能的健康水平，是世界范围内一项最重要的社会性目标”。

1990年世界卫生组织对健康又作出了最新定义，“一个人在躯体健康、心理健康、社会适应良好和道德健康四个方面皆健全”才算健康。

中国古人对健康很早就有了比较正确而深刻的认识。

公元前7世纪的管子在《管子·形势解》中曾提到“起居时，饮食节，寒暑适，则身利而寿命益；起居不时，饮食不节，寒暑不适，则形体累而寿命损”。

公元前3世纪秦朝时的吕不韦在《吕氏春秋·达郁篇》也说：“凡人三百六十节、九窍五脏六腑，肌肤欲其比也，血脉与其通也，精气与其行也。

若此，则病无所居，而恶无由生矣。

”意思为肌体内在的状态“平衡”、“正常”、“和谐”了，身体也就“病无所居”，“恶无由生”了，身体也就健康了。

在国外，1930年，美国健康教育学家鲍尔和霍尔提出了一个比较完善的“健康”定义。

他们说：“健康是人们在身体、心情和精神方面都自觉良好，并且精力充沛的一种状态，其基础在于机体一切器官组织机能正常，并掌握和实行适应物质、精神环境和健康生活的科学规律。

”

<<啤酒保健学>>

编辑推荐

《啤酒保健学:金川保健啤酒研究》由中国科学技术出版社出版。

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>