第一图书网, tushu007.com

<<血型饮食减肥>>

图书基本信息

书名：<<血型饮食减肥>>

13位ISBN编号：9787509105788

10位ISBN编号：7509105781

出版时间：2007-3

出版时间：人民军医出版社

作者：王元[等]编著

页数：281

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

第一图书网, tushu007.com

内容概要

本书吸收全球目前最流行的全新瘦身观念和自然疗法，结合中国人饮食的实际特点，提供了适合中国人的按血型饮食减肥的理念和方法。
全书共5章，分别介绍了关于血液和血型的基本常识、血型和营养的密切关系、按血型减肥的新潮流，重点介绍了不同血型减肥的饮食养生全攻略。

<<血型饮食减肥>>

书籍目录

第一章 血液——人体的生命之河　血液为什么这样红　举足轻重的运氧者　功勋卓著的健康卫士　快速反应的堵漏部队　神奇的人体生命之河第二章 血型——曾经神秘的面纱　惨绝人寰的首次输血　冒险而侥幸的血管输血　听天由命的输血史　谁提开了血型的神秘面纱　性命攸关的4种血型　林林总总的血型系统第三章 血型与营养的亲密关系　神奇的植物血凝素　血液与营养亲情相拥　O型血者的饮食须知　A型血者的饮食须知　B型血者的饮食须知　AB型血者的禁口提示第四章 血型减肥将成为流行趋势　《根据不同血型的减肥术》因何畅销50多个国家　为什么要“按血型选食”　按血型减肥将走向永恒　中国版血型减肥术更实用第五章 四种血型的瘦身攻略　O型血者呼唤高蛋白　A型血者去脂瘦身菜当家　B型血者向营养均衡投入橄榄枝　AB型血者的瘦身全攻略

第一图书网, tushu007.com

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