

<<水与生命>>

图书基本信息

书名：<<水与生命>>

13位ISBN编号：9787534142284

10位ISBN编号：7534142288

出版时间：2011-10

出版时间：浙江科学技术出版社

作者：张片红 杨月欣

页数：29

字数：16000

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>

## <<水与生命>>

### 内容概要

《水与生命》是以宣传普及水知识为目的而编写的，系统介绍了水的常识、水的生理健康功能以及水中的营养等内容，突出科学性、专业性和实用性，用通俗的语言教会我们怎么喝水、喝多少水、喝什么水，非常适合普通大众阅读，也可供从事营养、医学、食品专业的工作人员参考。

本书由张片红、杨月欣编著。

## <<水与生命>>

### 书籍目录

#### 第一章 生命之水

- 1.人体中水的含量
- 2.人体的需水量和更换周期
- 3.人体真正的口渴信号
- 4.水对人体健康的深远影响
- 5.水的终极安全标准
- 6.水的生理功能
- 7.人体如何吸收利用水
- 8.无可取代的水

#### 第二章 水的生理健康功能

- 1.溶解消化功能
- 2.参与代谢功能
- 3.载体运输功能
- 4.调节抑制功能
- 5.润滑滋润功能
- 6.稀释和排毒功能

#### 第三章 水中的营养

- 1.镁
- 2.钙
- 3.硅
- 4.氟
- 5.饮用水种类与酸碱性

#### 参考文献

#### 出版后记

<<水与生命>>

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>