第一图书网, tushu007.com

<<维生素及矿物质必备书>>

图书基本信息

书名：<<维生素及矿物质必备书>>

13位ISBN编号：9787534923777

10位ISBN编号：7534923778

出版时间：2003-2-1

出版时间：河南科学技术出版社

作者：杜冠华,李学军

页数：138

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

内容概要

通过日常饮食所摄入的维生素和矿物质并不能满足人体的全部需求，因此需要每天补充。
　补充必须强调平衡。
人体不可能只缺乏一种营养素，而营养素之间关系密切，所以必须选择组合型维生素及矿物质补充剂。
　但当今市场上产品的配方多来自西方国家。
饮食习惯和体质的不同，决定了中国人所缺的维生素和矿物质与西方人不同，使用西方国家配方并不科学。
　然而，目前大多数中国人对此知之甚少，导致盲目补充的现象比比皆是。
建立科学补充营养素的观念，成为改善中国人营养状况的当务之急。
　本书旨在普及维生素、矿物质知识、树立正确的补充观念，提供科学的补充方法，纠正补充维生素和矿物质的误区，为提高全民健康作出贡献。

作者简介

博士，中国医学科学院中国协和医科大学药物研究所研究员，教授，国家药物筛选中心主任，中国药理学会副秘书长，中国海洋药物药理专业委员会副主任委员，中国中药药理专业委员会国家“863”计划主题专家组专家。
《医药导报》副主编，《药学学报》、《中国临床药理学与治疗学》

书籍目录

第一章 中国政府重视营养第二章 基本知识第三章 维生素家族第四章 矿物质第五章 女士美丽在营养中诞生第六章 儿童、青少年茁壮成长靠营养第七章 中老年人健康长寿话营养第八章 中国人如何补充营养素第九章 给你一个健康计划第十章 有问必答

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