

<<维生素和微量元素，心中有“素”>>

图书基本信息

书名：<<维生素和微量元素，心中有“素”>>

13位ISBN编号：9787535232793

10位ISBN编号：7535232795

出版时间：2004-10

出版时间：湖北科学技术出版社

作者：李晓萍

页数：169

字数：95000

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

本书介绍了维生素和微量元素、多吃维生素A可中毒、缺钙时如何补充维生素D和钙剂、维生素E能防治百病吗?等内容,告诉孕妇、哺乳期妇女、儿童、中老年人等怎样补充维生素和微量元素。

《安全用药你我他》科普系列丛书共10本。

丛书所列10类药物，有的属非处方药、有的则属非处方药，但都是临床最常用药品。

作者力图用通俗易懂、生动活泼的语言，将这些常用药物的药理知识，可能产生的不良反应以及用药实践中可能出现的误区向读者逐一系统介绍。

读者通过企业余休闲时间的消遣阅读，得到用药理念的升华，增强我们的医药知识，这不仅有利增强自我药疗意识，使我们和家人能得到及时有效的OTC药物治疗，而且当我们或家人患有较严重疾病，需求医问药时，我们从平素阅读中汲取的医药知识，会帮助我们顺利地与医师沟通，及时得到合理的药物治疗。

毕竟我们自己的健康，应有我们自身的参与和关注。

书籍目录

1.维生素和微量元素2.多吃维生素A可中毒3.缺钙时咋补维生素D和钙剂4.维生素E能防治百病吗5.止血的维生素K6.有特殊气味的维生素B17.黄色的维生素B28.维生素B6不能抗炎9.“生血”的维生素B12、叶酸和铁10.酸酸的维生素C11.何以解忧，还有烟酸12.泛酸13.生物素14.胆碱15.维生素与肿瘤16.维生素与免疫17.维生素与心血疾病18.微量元素19.复方维生素和微量元素附 各类营养素每天推荐供给量及主要来源

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>