

<<血型养生密码>>

图书基本信息

书名：<<血型养生密码>>

13位ISBN编号：9787545402285

10位ISBN编号：7545402286

出版时间：2009-5

出版时间：广东经济出版社

作者：亦今，郭歆

页数：209

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>

<<血型养生密码>>

内容概要

血型养生新风尚。

集世界百余年血型养生研究成果，更符合人休整的实际需要。

根据血型特质给出不同的养生建议，从饮食、运动、减肥、美容、性福等方面全方位论述。

给您及您的家人，提供全方位的血型养生攻略。

<<血型养生密码>>

作者简介

亦今，70年代生人。
出生于医生家庭，在诊所里玩耍长大，启蒙于西湖边，写作人。

在各类报刊杂志发表过评论、论文多篇。
近年致力于养生学、血型学及心理咨询方面的研究。

喜欢赛涅卡说的一句话——智慧和健康其实说的是一回事——每每想起都会会心一笑。
正在写作中

书籍目录

第一章 你了解自己的血型吗？

一、什么是血型 二、血型形成的历史 三、血型与生活第二章 血型里的养生密码 一、血型与健康 二、根据血型定食谱 三、血型与运动 四：血型减肥法 五、血型美容秘笈 六、血型性爱秘密第三章 “原始部落”O型人养生攻略 一、O型人性格素描 二、O型人的身体特质和易患疾病 三、O型人怎样吃最健康 四、O型人压力和运动蓝图 五、O型人瘦身秘诀 六、O型人美容食谱 七、O型人性爱秘密第四章 “农耕人类”A型人养生攻略 一、A型人性格素描 二、A型人的身体特质和易患疾病 三、A型人怎样吃最健康 四、A型人压力和运动蓝图 五、A型人瘦身秘诀 六、A型人美容食谱 七、A型人性爱秘密第五章 “游牧血统”B型人养生攻略 一、B型人性格素描 二、B型人的身体特质和易患疾病 三、B型人怎样吃最健康 四、B型人压力和运动蓝图 五、B型人瘦身秘诀 六、B型人美容食谱 七、B型人性爱秘密第六章 “现代体质”AB型人养生攻略 一、AB型人性格素描 二、AB型人的身体特质和易患疾病 三、AB型人怎样吃最健康 四、AB型人压力和运动蓝图 五、AB型人瘦身秘诀 六、AB型人美容食谱 七、AS型人性爱秘密

章节摘录

第一章 你了解自己的血型吗？

一、什么是血型 血型是对血液分类的方法，通常是指红细胞的分型，其依据是红细胞表面是否存在某些可遗传的抗原物质。

抗原是指一种能够刺激人体免疫细胞，使人体发生免疫反应，并能与这些产物发生特异性反应的物质。

抗原物质可以是蛋白质、糖类、糖蛋白或者糖脂。

ABO血型理论是奥地利病理学家、免疫学家卡尔在1902年提出的。

他曾从自己和五位同事身上取得血液样本，合成三十个样本进行观察研究。

他发现有的样本成功混合，有的却发生凝结（黏在一起）。

他于是领悟，每个样本的情况并不完全相同。

有两人的样本，红血球上有一种称为Anti-gen（抗原）的物质，他于是以A作标记；另外两人的样本，另有一种抗原，他依字母顺序，以B作标记；只有一人的样本，A抗原和B抗原都没有，但血清中却有两种抗体，他自己的血液也是如此，他于是以O（表示无抗原）作标记。

后来，他发现有一群人的血液，既有A抗原，也有B抗原，他便叫它为AB型。

从此，血液便分为A型、B型、AB型和O型。

血型的发展也是有先后顺序的，最早是O型，然后出现A型，之后是B型，最后是AB型。

从O型血到AB型血的产生经过了上百万年之久。

所以有科学家预计在未来还会出现C型血。

血型的发现开创了免疫血液学、免疫遗传学等新兴学科，对临床输血工作具有非常重要的意义。血型系统也广泛应用于法医学以及亲子鉴定中。

<<血型养生密码>>

编辑推荐

《血型养生密码》血型不是要输血的时候才需了解，它隐含着人体的健康密码，全美最具影响力的养生理论之一，全球超过50个国家使用的养生法。

血型养生法在日本是全民学问，政界人物肖像边也会注明血型；而在中国台湾，受影响人超过百万，等20人中就有1人。

最潮血型养生说明书，血型决定你这样养生最健康。

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>