

<<解"毒"宝典>>

图书基本信息

书名：<<解"毒"宝典>>

13位ISBN编号：9787548406808

10位ISBN编号：7548406800

出版时间：2011-9

出版时间：哈尔滨

作者：栾杰//王艳

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>

## <<解"毒"宝典>>

### 内容概要

这套《“毒”步天下，化学年代的日用品》重点在于帮助读者解读一种时刻围绕在我们身边却常常被我们忽视的毒素——经皮毒。

简单地说，经皮毒就是通过皮肤侵入人体内部并对人体造成诸多严重不良影响的毒素。

经皮毒就存在于我们每天都在使用的洗发露、护发素、沐浴露、化妆品以及包括洗洁精在内的诸多日用品里，它的存在时刻威胁着人们的健康，轻则引发疼痛不适或过敏反应，重则可诱发癌症、大脑疾病甚至导致死亡。

栾杰和王艳编著的《解“毒”宝典——经皮毒大作战》侧重向读者阐释经皮毒可能引发的诸如过敏、妇科炎症、脑神经疾病等病态的原因，并针对病变的状况列举出了多种防毒、排毒、解毒等维护身体健康的方法，从而帮助人们真正做到“预防为主、防治结合、综合治理”。

《解“毒”宝典——

经皮毒大作战》在最后还是送给时尚爱美一族多种自制简单日用品及保养品的小妙招，帮助爱美爱生活一族将生活过得更精致、更健康。

## <<解"毒"宝典>>

### 书籍目录

#### 第一章 “毒”当一面

中招经皮毒后果很可怕

过敏即将成为一种习惯病

经皮毒对大脑的影响不可小觑

妇科病与经皮毒脱不了干系

癌症与经皮毒同样关系密切

经皮毒对儿童的脑神经有很大影响

#### 第二章 经皮毒防治20大妙招

选择安全性更高的日用品

解毒要从避免有害物质进入体内开始

防毒新推荐——茶籽粉

增强免疫力才是正道

免疫力下降的原因和表现

简单快捷的提高免疫力方法

矿物质有助于增强免疫力

帮助孩子提高免疫力的方法

老年人提高免疫力的办法

能提高免疫力的食品

被吃掉的天然免疫力

提高抵抗力的三个误区

健康肠道有良好的解毒效果

多摄入有益菌

解毒效果较好的饮食方式

关注糙米和香菜

螯合作用锁住矿物质

驱赶身体里的氧自由基

<<解"毒"宝典>>

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>