

图书基本信息

书名：<<打开健康罐子-张天钧的生活保健室>>

13位ISBN编号：9789571339405

10位ISBN编号：9571339407

出版时间：20030721

出版时间：7-09999

作者：本社

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

甲殼素能減肥嗎？

生吃蝸牛可保健強身？

擦了防曬油保證絕不會曬傷？

喝咖啡會讓胎兒流產？

台灣大學醫學博士張天鈞，揭開健康食品隱藏在廣告背後的實際效果，提供各種與生活密切相關的保健觀念，為您掌握最正確的健康訊息。

現代人資訊取得容易，但由於多數人沒有求證的習慣，很可能因此獲得一些不正確的訊息。例如，健康食品是現代人很熱門、很重視的食物，可是我們該如何判斷，這些東西的效果是否真如廣告所說的那麼好？

在日常飲食上，我們有一些偏好，例如許多人喜歡嚼檳榔，也有人喜歡喝酒，甚至有人認為生吃蝸牛很補。

可是這些東西到底對人是有益或有害呢？

作者根據最新醫學文獻和研究報告，告訴讀者這些所謂健康食品的實際功效，究竟具有多少的真實性，並透過觀察畫作或敘述名畫的軼事典故來介紹醫學知識，提供日常作息、養生與食物攝取等與生活密切相關的保健觀念，提供大家最新、最正確的健康訊息。

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>