

<<吃啥能排毒>>

图书基本信息

书名：<<吃啥能排毒>>

13位ISBN编号：9787504849748

10位ISBN编号：750484974X

出版时间：2007-5

出版时间：农村读物出版社

作者：施仁潮

页数：255

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>

<<吃啥能排毒>>

内容概要

苡仁，利水渗湿，健脾止泻，治疗水肿、脚气、腹泻；调治癌症。
红薯，通便，促进排泄废物及毒素；防治高血压、动脉硬化、肥胖症；阻止致癌物与细胞核中的蛋白质结合，防治癌症。
土豆，良好的减肥食品，并能防止高血压，防治胃及十二指肠溃疡、习惯性便秘、皮肤湿疹……《吃啥能排毒》详细介绍了数十种排毒必吃的食物。
科学养生，合理饮食，健康快乐每一天！

<<吃啥能排毒>>

书籍目录

排毒食物合众国Part1.排毒祛病健身Part2.主食类食物Part3.蔬菜类食物Part4.野菜类食物Part5.瓜类食物Part6.豆类食物Part7.食用菌类食物Part8.水果及干果类食物Part9.水产类食物Part10.兽禽蛇虫类食物Part11.调料及饮料类食物

<<吃啥能排毒>>

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>