

<<血型食疗法战胜心血管疾病>>

图书基本信息

书名：<<血型食疗法战胜心血管疾病>>

13位ISBN编号：9787506277518

10位ISBN编号：7506277514

出版时间：2006-1

出版时间：世界图书出版公司

作者：彼得J.达达姆

页数：172

字数：140000

译者：陈秉宇

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>

## <<血型食疗法战胜心血管疾病>>

### 内容概要

这套丛书主要叙述了血型与各种疾病之间的相互关系，血型疗法与常规方法的区别之处，并着重用大篇幅介绍了针对各类疾病的饮食方案、补充方案、运动方案，以及饮食怎样与运动相结合的治疗方法，且制定了因人而异、因病而异的详细的四周计划，帮助读者能有参考、有计划地进行自我治疗；丛书还回答了很多血型与疾病相关的日常问题，让读者和他们身边的人们都能够得到更大帮助和利益。

这套书的引进出版，是为了让读者了解更多国外最新的信息，你在阅读完此书后，可以和临床医生、营养专家共同讨论，探索如何保持机体最佳的健康状态。

当然，作为一种新观念的引进，并不能取代医生及传统治疗方法在疾病治疗中的作用；而且对于每个人来说，由于个体差异，效果也是因人而异的，这一点也是我们一直强调的。

## <<血型食疗法战胜心血管疾病>>

### 书籍目录

概述 用血型食谱来对抗心血管疾病 对抗心血管疾病的新方法 为什么血型如此重要？

测验 你的血型患心血管疾病的危险性是多少？

第一篇 血型与心血管疾病——基础知识 心血管疾病的起源 血型与心血管疾病的关联 用常规疗法和血型疗法对抗心血管疾病 第二篇 血型治疗方案 O型 A型 B型 AB型 附录 附录A 术语的简单定义 附录B 常见问题：血型和心血管疾病

## <<血型食疗法战胜心血管疾病>>

### 章节摘录

亚里士多德认为心脏是人的灵魂，在艺术和诗歌中，心脏也有着重要的隐喻意义。

这个人类的核心部分是空心的，只有300克重，与人的拳头一样大。

考虑到它所担负的任务，这点大小实在不算大。

在某些动物（如马）中，心脏则大得多。

运动员的心脏也比普通人的要大，这与他们的遗传和训练有关。

每天，你的心脏搏动超过100000次，泵出约9000升血液，足够灌满一艘油轮。

假设人的寿命是70岁，那平均心脏搏动超过25亿次。

有人推测，每个物种的寿命与心脏搏动的绝对数有关：个较小、寿命较短的物种一般心率较快，而个较大、寿命较长的物种心率则较慢。

在某种意义上，你事实上有两个心脏--左心和右心。

两心泵出的血量是一样的，但是以不同的压力输送到身体不同的部位。

右心室将血液泵入肺，在那里进行气体交换--除去CO<sub>2</sub>，增加血液中的氧含量。

这一过程的通路较短，需要的泵压较小，因此，右心室的壁相对较薄，就像是壁炉的风箱。

左心室是一个真正的工作场所，将从肺部返回的氧气化的血液泵入整个身体。

这意味着以巨大的动力推动血液进入不可思议的血管迷宫。

因此，左心室肌肉较厚。

你的由心脏和血管组成的循环系统，包含5~6升血液。

心脏将这些血液泵入约100000千米长的静脉和动脉。

这一回路费时1分钟，血流速度达到每小时16千米。

心脏是一个有着惊人弹力的器官。

1912年诺贝尔奖获得者，著名实验生物学家Alexis Carrel曾说过，只要给予适当的营养和氧气，心脏可以很好地发挥功能长达2个世纪。

## <<血型食疗法战胜心血管疾病>>

### 编辑推荐

“食出健康丛书”之一，针对个人血型的定向食物，有效预防心血管疾病！  
根据血型定制的食谱，帮助减缓心血管疾病症状！  
不同血型的维生素、微量元素的补充方案，增进健康。  
为期四周的综合计划，提供战胜心血管疾病的饮食、锻炼和生活对策，为你和你身边的人打造一个健康的身体！

<<血型食疗法战胜心血管疾病>>

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>