

<<怎样排除体内毒素>>

图书基本信息

书名：<<怎样排除体内毒素>>

13位ISBN编号：9787506278324

10位ISBN编号：7506278324

出版时间：2006-4

出版时间：世界图书出版社

作者：西冈一

页数：163

译者：叶美莉

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>

## <<怎样排除体内毒素>>

### 内容概要

生活在现代的我们，身体里面可以说是充满了毒素。

那么，要如何消除身体里面的毒素呢？

只要仔细地阅读《怎样排除体内毒素》就可以知道，但在这里可以先提一下。

根据研究，这些毒素的结构都和活性氧有关系。

活性氧的别名为氧气毒，是一种新型的毒素。

所以要消除身体里面的毒素，只要将这种氧气毒消除就可以了。

“真的有消除体内毒素的方法吗？

”看到《怎样排除体内毒素》的标题之后，你一定会有这样的疑问吧！

没错，的确有消除体内毒素的方法，只要阅读配上就可以了解了。

到目前为止，的确有很多毒素进入我们的身体里面，但这些毒素并不像沙林或氰酸气那样会马上致死。

有些东西即便不会马上致入于死地，但如果对健康有不良影响，仍然可以称为毒素。

那么，要如何消除身体里面的毒素呢？

只要仔细地阅读本书就可以知道，但在这里可以先提一下。

根据研究，这些毒素的结构都和活性氧有关系。

活性氧的别名为氧气毒，是一种新型的毒素。

所在要消除身体里面的毒素，只要将这种氧气毒消除就可以了。

接下来《怎样排除体内毒素》就要教各位消除毒素的方法了。

## <<怎样排除体内毒素>>

### 作者简介

作者：(日)西冈一 译者：叶美莉1934年出生。

东京大学医学院药学科毕业。

担任过东京工业大学助教、美国爱因斯坦研究所研究员、德州大学研究员、同志社大学教授、医学博士。

尤其以研究食品添加剂、农药、化妆品等毒性而闻名。

作品包括《从食物了解癌症的秘密》《一目了然的食品添加物手册》《被侵蚀的生命》《怎样排除体内毒素》等。

## &lt;&lt;怎样排除体内毒素&gt;&gt;

## 书籍目录

前言第一章 现代人的身体里面都有毒素 1 为什么癌症、骨折、过敏症会增加 便利换来侵害身体的毒素 现代人体质变化的真正原因 2 大人和小孩的骨骼都变脆了 食品添加物夺走了钙质 3 钠会引起动脉硬化及心脏病 4 过敏的原因不只有蛋和牛奶 灰尘已经减少了,为什么过敏还是不断增加呢 倒入杯中的最后一滴 5 为什么年轻人也会得老年痴呆症 铝金属对脑部的不良影响 6 化妆品会引起耳鸣、恶心 对极少量的化学物质产生反应的“化学物质过敏症” 7 容易罹患癌症的现代人 无数的化学物质形成容易罹患癌症的体质第二章 潜藏在我们身体四周的各种毒素 1 人类与毒素的关系 现代是化学毒素的时代 LD毒物评价法 2 人类创造出来的最坏毒素 微量就可以杀死200只鸡的恐怖戴欧辛 摄取量和毒性的关系很明显的物质——一般毒性 微量但在长期作用下也有致癌的危险——特殊毒性 3 现代人被散布的毒素 癌症是现代人的第一死因 辨别癌症物质并加以防范的方法 4 伤害遗传因子的毒素 “DNA受伤”对人体的影响 5 引起先天异常的毒素 政府认定安眠药祸害的重要性 6 使人体转变成过敏性体质的毒素 何谓过敏原 7 毒性相乘的毒素 分类进行的毒性试验之陷阱第三章 注意饮食,常保健康 1 “好的食物”是什么 “好的食物”所具备的三个条件 “安全”是必要的新条件 2 保持健康的“饮食” 保证“可以吃”,但是…… “食物”变成的“食品”危险性 3 吃太饱的结果 对量产食品的不安与现实 在食品中加入大量化学物质的原因 4 进口食品泛滥的危害 虽然不应该挑食…… 5 懂得感谢食物的现代人 现在的饮食环境造成的情况第四章 在不知不觉中吃进去的食品添加物 1 为什么使用食品添加物呢 使食物可以大量生产、长期保存的食品添加物 各式各样的食品添加物 2 可疑的食品添加物第五章 日本人被下的毒药——食品添加物AF-2 1 只有在日本认可的食品添加物AF-2 鱼肉火腿、香肠不可或缺的杀菌剂 豆腐内黄色水的真面目 2 引起突变的AF-2毒性 贮藏在上锁的药品架上的“特殊物质” 3 接下来才真正受到AF-2的伤害 在9年内每人1克的摄取量 遗传上的不良影响第六章 无法禁止的致癌性添加物的恐怖 1 BHA——小鱼干、人造奶油、炸薯条、棕榈油等 粮食大都依赖外国的日本之弱点 2 OPP——葡萄、柠檬、柳橙等 太平洋鸡尾酒事件的背景 OPP的禁止、解禁始末 3 过氧化氢——面条、鱼片、鱼肉、山芋饼、干青鱼子等 “充分说明”在食品行政上的重要性 漂白干青鱼子的问题 4 溴化钾——面包等 使面包膨胀的致癌物质 5 为什么不能禁止 致癌性所具有的意义和行政对策第七章 不只食品添加物是毒素 1 天然添加物不是毒素吗 使用在所有食品中的天然添加物 天然添加物也需要进行毒素试验 2 农药是很明显的毒素 农药是杀死病原菌、病虫害、杂草的“毒素” 不容疏忽的农药残留性问题 3 从餐具溶解出来的毒素 从塑胶制品溶出致癌物质 4 “食物相克”有医学根据吗 和食品添加物有关的“现代版食物相克”第八章 活性氧是新型的毒素 1 氧气会变成毒素 生命中不可或缺的氧气和其毒性 三种活性氧 2 活性氧是导致癌症与老化的元凶 食品添加物会促使氧气毒发生 消除活性氧的生物体功能 3 环境与活性氧 清凉饮料中的维生素c是有害的 漂白剂、杀菌剂本身就是活性氧 4 活性氧辨别法的开发 活性氧的消除系统和遗传因子的作用 对活性氧敏感的三种大肠杆菌菌株 酵素的有无对活性氧强弱的影响 “Kat—sod”快速扫描试验 快速扫描试验的各种应用例 5 唾液、母乳的消毒作用 消除活性氧的换气作用 6 补充体内缺乏的物质 负责扑减-OH的酒精、绿茶…… 7 西冈假设 重新评估妈妈的味道 “自然”中隐藏着消除活性氧的力量第九章 你自己也可以做的消毒法 1 真的有预防癌症的方法吗 癌症所发生的各种状况 致癌物质引起的恐怖 2 在口中有什么变化 致癌物质和唾液的关系 唾液内的什么物质在起作用 3 消除活性氧的唾液之谜 唾液到底是什么东西 有消毒作用的唾液的主要成分 过氧化物酶的消毒能力因人而异 4 “一口嚼30次俱乐部” 招募会员 食物不是用吞的总结 消除身体的毒素 1 首先不要让毒素进入 确保阅读标示在商品上的物质名称 2 在入口处将毒素消除 充分利用唾液的消除酵素 3 用食物纤维消毒 非洲班图族的饮食生活启发 4 用自然的恩惠消除毒素 “自然”打败活性氧附录 食品添加物一览表

## <<怎样排除体内毒素>>

### 章节摘录

书摘现代是化学毒素的时代 人类和毒素的关系已经有很长的一段历史，应该是在人类出现之后不久就在自然界发现了毒素。

首先是砷、水银、铅、锑等物质。

也有像氰酸钠和氰酸钾这种毒性强烈的氰化物。

在气体方面则有硫化氢和一氧化碳等。

其次是植物，例如有毒的蘑菇以及制造鸦片、吗啡的原料罂粟也是有毒的植物。

还有动物性的毒，例如河豚的毒就是一种麻痹性毒素，蟾蜍也是有毒的，蛇的毒是一种磷酸脂酶，蝎子、蜘蛛和蜜蜂等也能分泌毒。

这些毒素在古代就经常被用来害人，罗马时代就是一个毒杀政治时代。

当时使用的毒素都是属于植物性或矿物性的自然毒素。

进入近代之后，随着合成化学的进步和化学工业的发展，人类不断地研发出新的化学物质。

虽然这是为人类幸福而研发的，但却产生了各种毒素。

合成的化学物质以毒物的身份出现是在战争年代。

第一次世界大战中就使用了毒气、芥子气等。

海湾战争中，伊拉克就生产并使用了毒气。

另外，在工厂也有工人受到毒害。

染料工厂的工人因偶氮染料而发生膀胱炎；塑胶工厂的工人因多氯联苯而患上肝癌；在矿山工作的矿工也因矿毒损害了健康。

P20

## <<怎样排除体内毒素>>

### 编辑推荐

“真的有消除体内毒素的方法吗?”看到本书的标题之后,你一定会有这样的疑问吧!没错,的确有消除体内毒素的方法,只要阅读本书就可以了解了。有很多毒素进入我们的身体里面,但这些毒素不会马上致死。生活在现代的我们,身体里面可以说是充满了毒素。那么,要如何消除身体里面的毒素呢?

<<怎样排除体内毒素>>

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>