

<<家居解毒与养生指南>>

图书基本信息

书名：<<家居解毒与养生指南>>

13位ISBN编号：9787507722345

10位ISBN编号：7507722341

出版时间：2004-1

出版时间：学苑出版社

作者：刘硕 胡玉玲 编

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>

## <<家居解毒与养生指南>>

### 内容概要

《家居解毒与养生指南》分析了各种毒素的来源、危害与传播途径，提出了“外防内解”的养生措施，并探讨科学的生活方式、良好的卫生习惯等。

<<家居解毒与养生指南>>

书籍目录

小心你食物中的毒素 有毒的食物 食物中毒 食品添加剂 餐具中毒 讲究饮食卫生能治病又能致病的药物 中药中毒解毒及抢救 西药中毒解毒及抢救 配伍中的禁忌如何在运动中的排毒 气功 瑜珈 呼吸操 你懂得如何排毒吗 有效的自我排毒法 胖人排毒 孕妇排毒 老人排毒如何远离内外环境中的致素之源 大气 室内空气 毒蛇 昆虫逃出不良生活的陷阱附录

<<家居解毒与养生指南>>

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>