第一图书网, tushu007.com

<<肠道生活好管家>>

图书基本信息

书名：<<肠道生活好管家>>

13位ISBN编号：9787508610771

10位ISBN编号：7508610776

出版时间：2008-1

出版时间：中信

作者：本社

页数：193

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

<<肠道生活好管家>>

内容概要

《肠道生活好管家》介绍了肠道是身体中最劳累的器官之一，每天需做大量工作，以提供人体内各器官与细胞所需的足够养分。
肠道还是人体内最大的微生态系统，共有400多种菌群，100兆的细菌生活其中，掌管着人体70%以上的免疫功能。
肠内的微生态运动与平衡，在提高免疫方面起着关键性的作用，成为维护人体健康的天然障碍。
Oligo益生元是一种有效的营养功能性低聚糖，它不被人体消化酶所降解，但可为肠道中的益生菌所代谢利用，使得益生菌加速繁殖，从而占据优势地位，维护肠道微生态的正向平衡与机体健康。
Oligo益生元有助于构建

第一图书网, tushu007.com

<<肠道生活好管家>>

书籍目录

引子 别让肠道未老先衰.预演 五大名角齐登场双歧杆菌——看我72变的孙悟空类杆菌——默默无闻的沙和尚大肠杆菌——褒贬不一的猪八戒乳酸菌——俊俏能干的白龙马Oligo益生小精灵第1章 当心“ 常识 ”成陷阱第一节 不美源于“ 勤 ”美容化妆品能带来持久的美丽吗？
情绪与美丽无关吗？
美发店能让头发真正秀美吗？
第二节 活色生香需“ 内秀 ”吃口香糖就能让我们口气清新？
香水能掩盖体味吗？
第三节 胃肠误识酿大害胃病会传染吗？
只会情绪激动，不会肠道激动吗？
减肥与肠道老化无关吗？
第四节 酸食莫只

章节摘录

第一节　不美源于“勤”美容　　化妆品能带来持久的美丽吗？
在女人心目中，永葆青春永远是第一位的。
她们总是通过化妆来使自己拥有光彩照人的美丽容颜，总是以为化妆品是美丽之神。
她们想尽一切办法去获取自己想要的化妆品，为的就是留住自己的美丽。
然而，有些女性朋友慢慢发现，不但青春靓丽的容颜没有留住，皮肤松弛、皱纹，甚至黄褐斑、小痘痘更加快了光顾她们脸上的速度，而且，不管她们乐意不乐意，这些可恶的家伙总是喜欢占据她们最具有风采和魅力的部位。
其实，化妆品只能解决一时的“面子”问题，却不能解决皮肤失色之根

媒体关注与评论

10万亿的人体细胞（真核细胞）要以100万亿的细菌细胞（原核细胞）群落为邻、为环境，构成“生物体与环境”对立的统一体。
真正的健康只能是“生态健康”。
——中国微生态学创始人之一 康白　　体检发现，乳腺癌病人的肠道通常有大量的、长期的、滞留的宿便。
事实上，全身营养来自于肠道营养。
因此，肠道健康决定着全身健康。
此书将成为中国人肠道健康管理的第一本白话内经。
——中国保健专家委员会副主任委员 西木博士　　利用益生元，增加肠道有益菌群，确保人体健康。
——中国食品科技学会功能食品分会理事长 金

编辑推荐

肠道有动力，健康有活力，活化有益菌，健康中国人。

第一图书网, tushu007.com

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