

<<维生素全书>>

图书基本信息

书名：<<维生素全书>>

13位ISBN编号：9787801107022

10位ISBN编号：7801107020

出版时间：2005-11

出版时间：中国民航出版社

作者：张迅捷

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>

<<维生素全书>>

内容概要

维生素的发现，是人类营养学的一种项重大贡献，对维护人类健康起了重要作用。世界卫生组织报告指出，人类常见疾病有135种，其中106种疾病与维生素摄取不足有关。如果人体内缺乏维生素，或维生素摄取量不平衡，其他维生素就不能被人体顺利吸收、利用，从而引发多种疾病，严重的甚至会导致死亡。可以说，没有维生素，人类的各项生命活动将不能进行下去。

本书系统地介绍了维生素的种类，维生素缺乏时引起的病症及维生素的疗效，各种维生素的摄取方法和安全用量等各个方面，让你充分地了解维生素的营养知识，补充自己最需要的维生素，并掌握正确的摄取方法。

<<维生素全书>>

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>