

## <<健康伴侣维生素E>>

### 图书基本信息

书名：<<健康伴侣维生素E>>

13位ISBN编号：9787810714853

10位ISBN编号：7810714856

出版时间：2003-8

出版时间：北京大学医学出版社

作者：杨月欣

页数：172

字数：126000

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>

## <<健康伴侣维生素E>>

### 内容概要

我们庆幸生活在在生命科学飞速发展的年代，国为我们有机会享受这些发展和进步带来的硕果！

## <<健康伴侣维生素E>>

### 书籍目录

引子一个关于维生素E的真实故事——大象维克第一章 维生素E的兴衰 一、初次发现震惊科学界 二、维生素E的发展历程 三、迅速崛起的工业大军第二章 维生素E知多少 一、生育酚名称的由来 二、生育酚和维生素E的大家族 三、维生素E点滴知多少 四、各种维生素E的营养效果 五、维生素E的消化吸收第三章 维生素E如何工作 一、抗氧化的维生素E 二、抗自由基的维生素E 三、生物膜上的看门神 四、蛋白质的保护伞 五、基因表达的中枢 六、免疫系统的调节剂第四章 维生素E的缺乏与过量 一、我们需要多少维生素E 二、如何知道维生素E缺乏 三、维生素E缺乏有些表现 四、人类维生素E缺乏的原因 五、维生素E——你该被充吗 六、维生素E中毒——发生过吗第五章 如何避免维生素E缺乏 一、维生素E的食物来源 二、加工、储存和烹调过程维生素E的损失 三、一日三餐，我们实际能得到多少维生素E 四、对你来说，膳食的维生素E是不是足够了第六章 维生素E充足——保证健康的第一步 一、防治动脉粥样硬化及心血管疾病 二、调节血脂——维生素E的独特作用 三、抗衰老的维生素E 四、美容护肤——维生素E显神通 五、早产婴儿健康发育离不开维生素E 六、癌症预防与维生素E 七、维生素E作用多第七章 维生素E与其他营养素的协同或拮抗作用 一、维生素有“牺牲”自己支持维生素C 二、维生素E与B-胡萝卜素协同战斗 三、维生素E与硒的协同作用 四、维生素E与维生素K的拮抗作用 五、维生素E与多不饱和脂肪酸 六、其他第八章 合成的与天然维生素E第九章 维生素E的产品第十章 维生素E的应用前景附录

<<健康伴侣维生素E>>

章节摘录

插图

<<健康伴侣维生素E>>

编辑推荐

我们庆幸生活在在生命科学飞速发展的年代，国为我们有机会享受这些发展和进步带来的硕果！

<<健康伴侣维生素E>>

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>