

<<现代生活与自卫保健>>

图书基本信息

书名：<<现代生活与自卫保健>>

13位ISBN编号：97878111110692

10位ISBN编号：78111110695

出版时间：2006-6

出版时间：东华大学出版社

作者：何士明

页数：324

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>

<<现代生活与自卫保健>>

内容概要

《现代生活与自卫保健》为漫笔散文集，作者多角度、多层次并侧重在白领群体、知识阶层方面，剖析了现代生活所带来的对健康的种种不利因素，同时分别提出了应对策略及预防措施，以求达到在不利因素面前进行自卫保健的目的。

全书叙述明白晓畅，引用材料权威翔实，并不乏抒情与议论，文章格调朴实优美。

现代社会孕育现代生活，现代生活又孕育诸多对健康不利因素，白领群体、知识阶层由于自身特点，在现代生活中所面临的健康不利因素更多、更严重。

作者多角度、多层次并侧重在白领群体、知识阶层方面，剖析了现代生活所带来的对健康的种种不利因素，同时分别提出了应对策略及预防措施，以求达到在不利因素面前进行自卫保健的目的。

<<现代生活与自卫保健>>

书籍目录

1.厨房油烟应回避2.烹调锅子铁锅好3.再生塑袋拒用它4.一次餐盒有毒素5.保鲜膜袋认“PE”6.微波炉前防伤害7.冰箱不是保险箱8.德国小蠊开水烫9.装修不当害健康10.家具世界问题多11.空调须防“空调病”12.“空气净化”乃噱头13.居室养花利弊析14.“另类”宠物藏隐患15.慎用蚊香换蚊帐16.床上用品注意事17.垃圾服装甲醛衣18.女装无益太“时尚”19.效颦金发犯禁忌20.淡妆浓抹谁相宜21.“庐山”不识真面目22.减肥“交响”辨真音23.微黄超白孰为优24.荧光纸巾“黑湿巾”25.消毒香皂沐浴露26.手机辐射勿轻视27.轿车污染莫等闲28.经济健康成反差29.现代“深闺”锁白领30.如何克服亚健康31.现代苦果综合征32.如何克服综合征33.是是非非保健品34.骨质疏松与补钙35.增高奇闻相与析36.洗肠驱铅专家观37.快乐时光踩“地雷”38.“心灵窗户”倍爱护39.“天籁之器”痛珍惜40.育儿误区快跳出后记

<<现代生活与自卫保健>>

章节摘录

揭开秘密。

2005年11月6日，央视“每周质量报告”曝光“危险原料制造一次性餐盒”，进一步揭开了一次性餐盒存在严重安全质量问题的秘密。

北京的白领阶层天天在单位吃盒饭，天天碰到一个问题，手里捧着的一次性餐盒，其质地薄、软、热，有渗漏，白领们用膳时必须摊了报纸、戴了围襟，否则油腻腻的菜肴汤汁渗漏出来，滴得桌子上、身上都是。

央视记者就此专门进行了调查采访，详细揭开了事情的真相。

正宗制造一次性餐盒，应该使用聚丙烯（PP）作原料，这种原料价格比较贵，每吨11000元人民币，生产出来的餐盒成本在2角左右。

华北的一个大城市和某省某县的一些塑料企业、作坊，老板们为了降低成本，使用“聚丙粉”作原料制造一次性餐盒。

“聚丙粉”与聚丙烯虽只一字之差，但性质完全不同——“聚丙粉”实际上就是利用回收来的包罗万象样样都有的废旧塑料加工而成的再生塑料，因而价格十分低廉。

这些企业、作坊的老板们又在制造过程中大量加入工业碳酸钙、工业石蜡，因为这些东西的价格也很便宜，碳酸钙每吨350元人民币，如此制造出来的一次性餐盒，成本只值几分钱，于是就有了市场“竞争力”。

记者在他们的工场里看到的原料包装袋上都印着“聚丙粉”、工业碳酸钙、粗石蜡（即工业石蜡）等的名称。

为害四方。

大批大批的伪劣一次性餐盒畅销天津、北京、河北省等地，造假老板们竟然在外包装上都标示“原料聚丙烯、降解环保、无毒无害、耐高温可煮沸”等美丽动听的词语。

经质量监督部门检测和实验证明，这种伪劣一次性餐盒融化温度非常低，才60摄氏度，遇上热饭热菜就会融化造成渗漏，北京的白领们碰到的一次性餐盒渗漏问题，原因就在此。

实验证明，伪劣一次性餐盒融化沉淀物即是再生塑料、工业碳酸钙、工业石蜡的成分，含有苯、芳香烃族以及、铅、铬等重金属，铅含量最多超过国家标准160倍。

这么多有毒有害物质融化在饭菜中，白领们和其他上班族们天天都在吃盒饭，对健康的危害程度可想而知了！

央视记者特地走访了北京友谊医院的医学专家，听取专家的告诫：碳酸钙会导致消化道疾病和胆结石、肾结石；苯、芳香烃族物质危害神经系统和血液系统，还会致癌；过多摄入铅、铬等重金属也有害健康，特别是青少年、儿童，铅、铬等重金属摄入多了，严重影响智力和生长发育。

<<现代生活与自卫保健>>

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>