

增强免疫力健康处方



[增强免疫力健康处方_下载链接1](#)

著者:程志

出版者:湖北科学技术出版社

出版时间:2005-3-1

装帧:平装(无盘)

isbn:9787535233219

人类从出生到宝贵的生命终结，每时每刻都受到细菌、病毒、寄生虫、真菌、癌细胞、

花粉、灰尘等的侵袭，它们为了自己的利益千方百计地想占据在我们的身体。而我们体内的“卫兵”——免疫系统、就像警察一样扮演着反侵袭的角色，时刻监视着“敌人”消灭在萌芽状态，用我们的免疫力来阻止疾病对于我们身体的侵袭，能够防患于未然。免疫与人类的很多疾病相关，一旦人体的免疫力下降，疾病将会乘虚而入，如果免疫力强大，那我们的身体将会筑起一道强大的防御屏障，抵抗疾病的入侵。增强我们抵抗疾病的免疫力能力，除战胜和预防疾病的最好法宝。人体的免疫力能力，除了与我们先天的遗传因素有关外，与后天的生活和习惯也有很大关系。

作者介绍:

目录: 第一篇 了解免疫力
第二篇 吃出免疫力
第三篇 动出免疫力
第四篇 睡出免疫力
第五篇 调出免疫力
第六篇 接种免疫力
第七篇 增强免疫力的药物
附录
· · · · · (收起)

[增强免疫力健康处方 下载链接1](#)

标签

评论

[增强免疫力健康处方 下载链接1](#)

书评

[增强免疫力健康处方 下载链接1](#)