

维生素对症治病



[维生素对症治病 下载链接1](#)

著者:健康今典

出版者:中国轻工业出版社

出版时间:2005-06

装帧:铜版纸彩印平装

isbn:9787501948819

生病期间，身体处于压力状态。细胞被破坏，疲惫的肾上腺也因为营养不足而不能正常发挥作用。同时，体内与压力战斗的营养素——维生素C、维生素B6、叶酸、泛酸被消耗殆尽，锌的需求也大大增加。由于这些维生素能有效地利用其他营养素而使体内的代谢机能正常化，因此在生病期间人体对这些维生素的需要就会明显地增加。另外，在生病时，发烧和压力会夺去人体最重要的营养素，所以此时补充营养补品就显得很重要了。然而，人体所需的维生素并不总是一样的。如果有特别病症的话，就要吃特别的食物，服用特别的维生素补品。本书将根据不同的病症推荐各种维生素补品配方。

作者介绍：

目录: 第一章 维生素的对症配方

- 1 粉刺
- 2 蚊虫叮咬
- 3 口臭
- 4 足癣
- 5 脱发
- 6 牙龈出血
- 7 骨折
- 8 皮下淤血
- 9 烧伤
- 10 宿醉
- 11 化疗
- 12 脚冷
- 13 唇疱疹和单纯疱疹
- 14 烧心
- 15 便秘
- 16 花粉热
- 17 割伤
- 18 皮肤干燥
- 19 头痛
- 20 阳痿
- 21 息肉
- 22 痔疮
- 23 失眼
- 24 痒痒
- 25 肌肉酸痛
- 26 时差综合征
- 27 更年期综合征
- 28 腿酸痛
- 29 手术后的恢复期
- 30 口服避孕药的副作用
- 31 痛经
- 32 磨牙
- 33 牛皮癣
- 34 前列腺炎
- 35 戒烟
- 36 晒伤
- 37 晕车（船）
- 38 静脉曲张
- 39 过敏症
- 40 哮喘
- 41 疣

42 关节炎
43 结肠炎
44 支气管炎
45 眼疾
46 水痘
47 流行性腮腺炎
48 糖尿病
49 高血压和低血压
50 输精管结扎
51 白色念珠菌感染
52 慢性疲劳综合征
53 心脏病
54 感冒
55 艾滋病 (艾滋病病毒)
56 脓疱病
57 低血糖症
58 经前期综合症
59 带状疱疹
60 扁桃腺炎
61 溃疡
62 麻疹
63 单核细胞增多症
64 性病

第二章 适合不同年龄、职业人士的维生素补充配方

.....

第三章 如何了解你是否需要补充维生素

第四章 正确使用维生素补品

常用维生素及其他营养补剂

· · · · · (收起)

[维生素对症治病](#) [下载链接1](#)

标签

评论

[维生素对症治病](#) [下载链接1](#)

书评

[维生素对症治病 下载链接1](#)