

# 现代人生活宜忌全书



[现代人生活宜忌全书 下载链接1](#)

著者:内蒙古科学技术出版社

出版者:内蒙古科学技术出版社

出版时间:2005-5

装帧:简裝本

isbn:9787538013559

你知道为什么饭后忌刷牙吗？你知道为什么烧骨头不能放醋吗？你又知道为什么橘子不

宜与牛奶同时食用吗？你又知道吃巧克力能保护牙齿吗？……《现代人生活宜忌全书》将为您提供更多更丰富的关于现代人生活宜忌的知识大餐。该书内容详尽系统、通俗易懂，具有较强的科学性与实用性。阅读《现代人生活宜忌全书》，您将把握科学生活的金钥匙，体验现代人生的高品味。

在我国传统文化中，对生活中的宜忌研究较深，撇去那些封建迷信的，还有许多是科学的。比如在服饰方面非常讲究：春服宜情，夏服宜爽，秋服宜雅，冬服宜艳；见客宜庄服，远行宜淡服，花下宜素服，对雪宜丽服。这就是穿的哲学与美学，说明我国人民很早就懂得服饰是美术的、是文化的，也是有灵感的。又比如在食物方面讲究“相生相克”，在有关医药典籍记载的食物相克就达180多组。如鸭卵与李子、田螺与面食、鳗鱼与牛肝、毛蟹与金瓜……现代生活更加丰富多彩，各种各样的生活方式相互交织，传统与现代、本土与外来、科学与落后，相生相克，物竞天择，非常复杂，这就需要我们研究现代生活中的宜忌了。服饰要注意宜忌，食物要讲究搭配，睡眠要适合保健，运动要遵循规律……为此，本人在综合国内外最新研究成果的基础上，特别编撰了《现代人生活宜忌全书》，主要包括服饰穿戴、饮食营养、睡眠住宿、运动保健、美容化妆、日常用品、社交处事、医疗用药以及不同人群的宜忌等，非常全面、系统，具有很强的科学性和实用性，非常易懂和易用，是广大读者用以指导现代生活、创造幸福家庭的良师益友。

作者介绍:

目录:

[现代人生活宜忌全书 下载链接1](#)

标签

科普

评论

言简意赅的实用。

---

记住了哦.....你写的书真有用

---

[现代人生活宜忌全书 下载链接1](#)

## 书评

---

[现代人生活宜忌全书 下载链接1](#)