

# 抗氧化物的奇蹟－遠離老化與疾病



[抗氧化物的奇蹟－遠離老化與疾病\\_下载链接1\\_](#)

著者:萊斯特. / 卡羅.科

出版者:原水文化

出版时间:2002

装帧:中文平裝

isbn:9789867874009

有一個很簡單的方法不只能幫你強化心臟、活化心智、返老還童，還能讓你保持年輕、促進性生活美滿、預防癌症、撫平皺紋、保持肌膚彈性；而且這個方法在你家廚房、附近的藥房和自然食品店中就可以找到。這些好處就是抗氧化物所帶來的。派克博士幫你量身打造一套實用的抗氧化物課程，幫助你預防疾病。

作者在書中闡述這五大抗氧化物——維生素C和E、硫辛酸、輔酵素Q10、麩氨基硫——共同運作時，會幫助你抗老化、抵抗疾病、改變你的生活、延長你的生命。百分之七十以上的美國人死於因抗氧化物網絡不足所引起或伴隨來的疾病，而這些情況現在已經可以被預防、控制，某些病例甚至可能被治癒，可以明顯的減低罹患心臟疾病及攝護腺癌症的危險。抗氧化物奇蹟會讓我們每個人比從前都更能控制健康、掌握命運

作者介绍:

目录:

[抗氧化物的奇蹟－遠離老化與疾病\\_下载链接1](#)

标签

科普

养生

保健

评论

-----  
[抗氧化物的奇蹟－遠離老化與疾病\\_下载链接1](#)

书评

-----  
[抗氧化物的奇蹟－遠離老化與疾病\\_下载链接1](#)