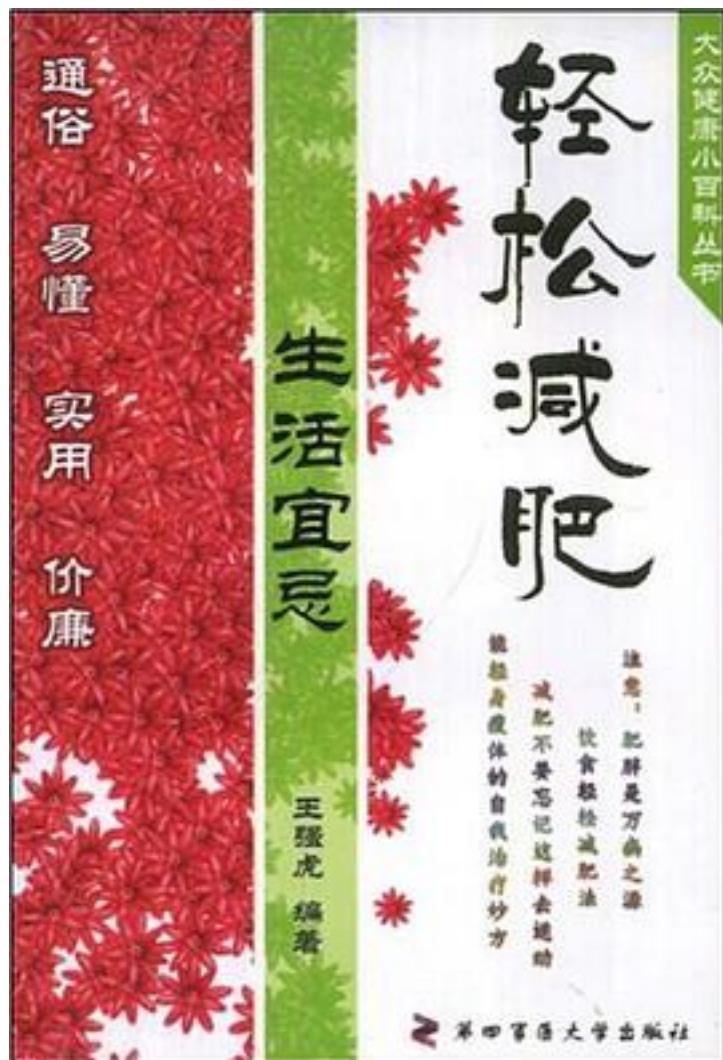


轻松减肥生活宜忌



[轻松减肥生活宜忌 下载链接1](#)

著者:王强虎

出版者:第四军医大

出版时间:2007-6

装帧:

isbn:9787810863643

药物可“治病”，也可“致病”。日常吃的食物也有同样的问题。如猪肝是一种很好的补益类食物，孕妇适量食用，有益健康，但如果过量食用，则有可能引起维生素A中毒，轻则影响妇婴健康，重则可致胎儿唇裂及器官缺陷。关于食物“治病”、“致病”的同类事例还有许多。可见，好的食物用在适宜的时候，对人的健康能起到意想不到的作用，而再好的东西用在不恰当的人身上或用的不是时候，也可能就是毒药！

《颈椎病调养宜忌》系大众健康小百科丛书之一，书中主要以图文并茂的形式全面讲述了颈椎病患者的食疗、运动、音乐、心理等预防及自疗知识，还介绍了颈椎病的按摩、拔罐、刮痧、贴敷、熏洗、中药、针灸等的方法与应用。语言通俗易懂，内容全面实用。

作者介绍:

目录:

[轻松减肥生活宜忌](#) [下载链接1](#)

标签

评论

[轻松减肥生活宜忌](#) [下载链接1](#)

书评

[轻松减肥生活宜忌](#) [下载链接1](#)