

增强免疫力的饮食疗法



[增强免疫力的饮食疗法_下载链接1](#)

著者:

出版者:黄山书社

出版时间:2007-9

装帧:平装

isbn:9787807077497

倍具亲和力的健康图文专家 极具针对性的就医权威指南 详解免疫系统作用机理
全面饮食生活升级方案 一定要改变的生活习惯
不能不知道的饮食方法 免疫力是维持人的健康的三大要素之一，是体内抵抗病毒的强大屏障。最为有效的提高免疫力的方法就是“饮食”。只要方法正确，吃自己喜欢的食物就可以极大地激活体内的能量，有效地预防病毒的入侵。本书采用图解的形式，详细地介绍了各种增强免疫力的食材，以及充分发挥这些食材作用的烹调方法以及正确的搭配方法，既简单科学，又容易坚持和见效。

作者介绍:

目录:

[增强免疫力的饮食疗法_下载链接1](#)

标签

健康

生活、美食

美食

随便看看

送给爸爸

框架阅读

评论

[增强免疫力的饮食疗法_下载链接1](#)

书评

[增强免疫力的饮食疗法_下载链接1](#)