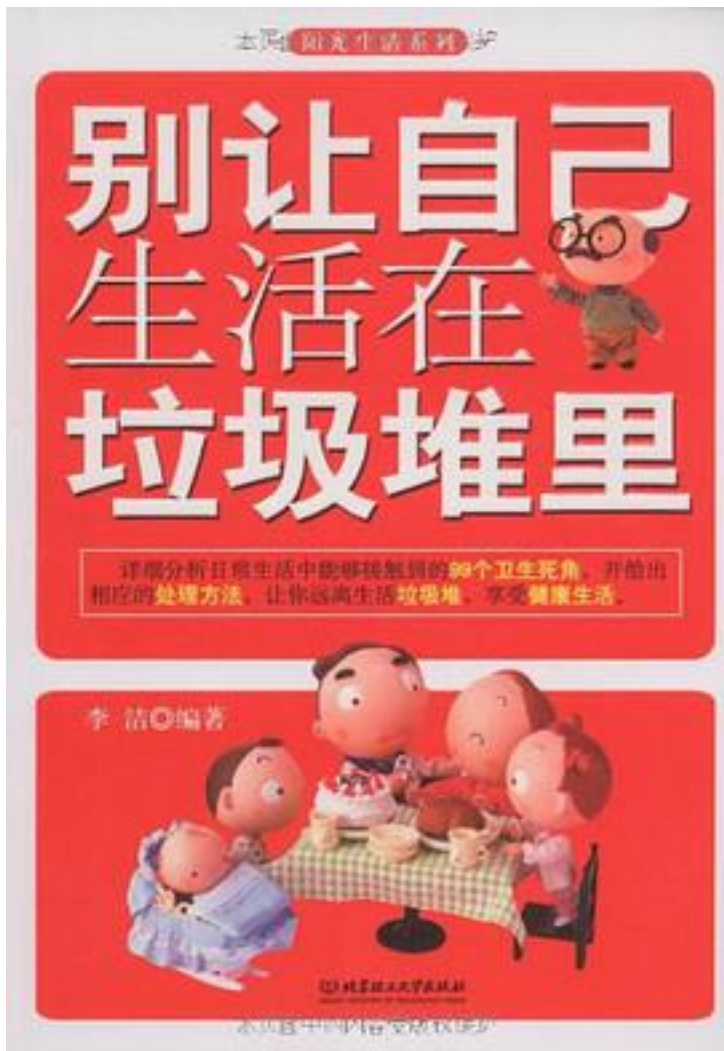


别让自己生活在垃圾堆里



[别让自己生活在垃圾堆里_下载链接1](#)

著者:李洁

出版者:

出版时间:2009-3

装帧:

isbn:9787564018993

《别让自己生活在垃圾堆里》主要内容：在卧室，软软的枕头里面藏着几千种细菌；平均每条被褥里的尘埃和螨虫有1500万；舒适的大床其实是霉菌孢子的栖身地……在客厅，沙发可能是哮喘病的致病源；地毯虽然美观但是它能使幼儿换上地毯综合征；怎样预防患“空调病”……

在厨房，垃圾桶里的细菌会带来致命的疾病；抽油烟机使用不当会导致肺癌；冰箱里的食物在低温下也能繁殖细菌……

在卫生间，牙刷中含有白色念珠菌、溶血性链球菌、肺炎球菌；34%的按摩浴缸中潜伏着可致命的葡萄球菌；冲马桶时细菌会借助细小水滴悬浮在空中……

随身物品中。手机上每平方厘米范围内“驻扎”着几万细菌；办公室里，鼠标上附有大肠杆菌、金黄色葡萄球菌和绿脓菌……

交通工具、公共场所、健身场馆、宠物，都隐藏着各种各样的卫生隐患，《别让自己生活在垃圾堆里》列举了生活中最容易被忽视的99个卫生死角，并提出了彻底清除的有效办法，是保证人们生活质量的健康实用手册。

作者介绍:

目录:

[别让自己生活在垃圾堆里 下载链接1](#)

标签

家居

清洁

生活

别让自己生活在垃圾里了

自我管理

wechat

nincb

评论

挺好的一本书。。。不知道怎么总结 总之挺吓人的

重点就是各种清洁各种注意消毒啊

赶紧滚去学日语吧

不看啦！让我知道了我生活在垃圾堆里

[别让自己生活在垃圾堆里_下载链接1](#)

书评

[别让自己生活在垃圾堆里_下载链接1](#)