

全科家庭医生



[全科家庭医生_下载链接1](#)

著者:藤田紘一郎

出版者:

出版时间:2009-5

装帧:

isbn:9787506034821

《水决定健康》为您详细说明我们日常饮用水的性质和特点，并向您介绍能够预防疾病和衰老的“水谱”。在指出自来水的危险性的同时，还深入浅出地分析水与人体健康的一系列问题。我们越是去了解水的各种性质与人体之间的关系，就越会觉得不可思议。人身体内的水约占体重的60%，它将氧和各种营养成分输送到人的全身，并将废弃物排出体外，还起到保持体内环境平衡等重要的作用。

喝什么样的水才能防止疾病和人体的衰老，实现我们梦寐以求的健康呢？

作者介绍:

藤田紘一郎，1939年出生于中国东北，东京医科齿科大学医学部毕业，东京大学医学系研究所工作。其后担任长崎大学教授等职务，1989年担任东京医科齿科大学医学部教授，现为该大学名誉教授。主要研究寄生虫学、热带医学及感染免疫病学。1994年发表著作《微笑蛔虫》（讲谈社），荣获讲谈社出版文化奖科学出版奖。藤田紘一郎为日本寄生虫研究第一把交椅，素有“寄生虫博士”之美称。另有《爱上寄生虫》（讲谈社）、《霍乱降临街头》（朝日新闻社）等多部著作。

目录:

[全科家庭医生_下载链接1](#)

标签

健康

养生

水

文化

历史

传统

人文

评论

没看完，不过最近不准备再看了。先放到读过吧。

[全科家庭医生_下载链接1](#)

书评

高钙碱性水是好水；雪水可以促进返老还童；秋千让人心情愉快，如同在水中一样（羊

水)；沙地玩促进小孩的免疫力；人体内元素比例和海水类似；缺水状态，喝果汁和啤酒、纯净水都补不了水；出1克汗消耗600卡热量；如果按体积比例，人和大树需要水相同。脱水，要喝电解质溶液；运...

[全科家庭医生_下载链接1](#)