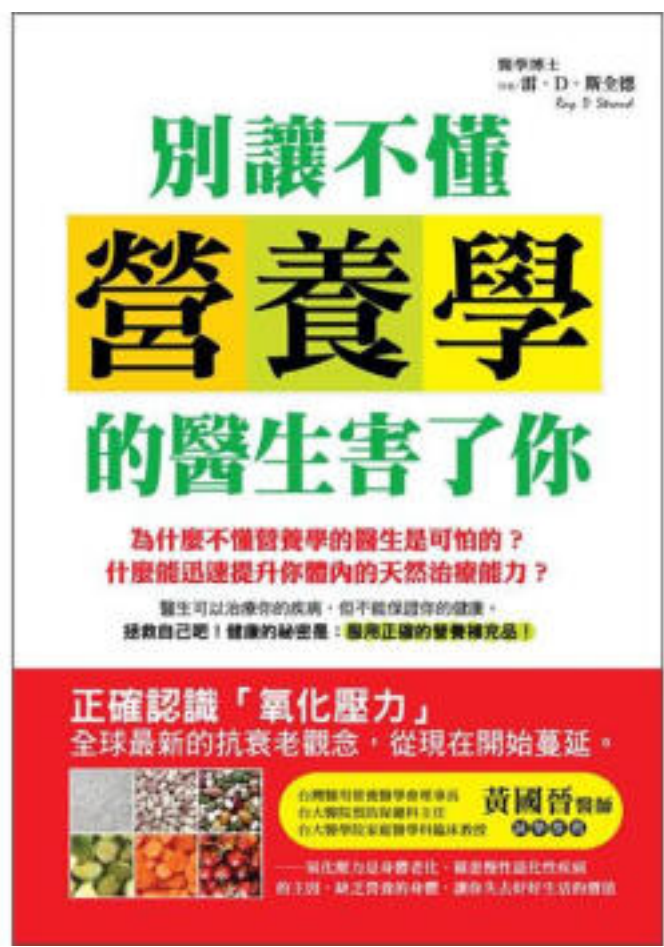


別讓不懂營養學的醫生害了你 [What Your Doctor Doesn't Know About Nutritional Medicine May be Killing You]



[別讓不懂營養學的醫生害了你 \[What Your Doctor Doesn't Know About Nutritional Medicine May be Killing You\]_下载链接1_](#)

著者:雷·D·斯全德 著，吳卉 译

[別讓不懂營養學的醫生害了你 \[What Your Doctor Doesn't Know About Nutritional Medicine May be Killing You\]_下载链接1_](#)

标签

评论

非常出乎意料，下次还会来的好卖家，继续关注！

来看看哭咯无咯墨迹老K

很赞的书！很赞的包装！非常赞的京东！

书收到了，就是好多字都不认识

有用的，挺好的，，。。。 ，。。。

迷信现代西医医学的人都应该看看

字体大，繁体的，印刷还不错

好好，很实用，别让不懂营养害死人

东西不错很实用，快递很给力。

还没看，过年看看

整体来说很不错，用着正合适。

可以看看，hhjjk

写得不错，学到了很多不知道的知识

健康是根本，了解自己，了解营养学，动脑思考，这本书是我们的好老师。

非常实用的一本书，让你知道如何提升你体内的天然治愈能力

《別讓不懂營養學的醫生害了你》教会你如何运用营养来提高免疫力 and 抵抗力。

很喜欢这本书，从买到现在看了又看，里面有很多学习的知识，特别喜欢这本书！

不知道是否正确

如题，一本不错的营养学书

繁体字版的，长见识了。

很好，物流很快，谢谢！

'无聊的书 看不下去

帮同事买的，说挺好。。。。。

东西很好，拿到手立即试用了，不错

不错。。。。。。。。。

书质量好价便宜,快寄速度也超快

好好好好好好好好好好

多看一些这类的书籍，对生活、饮食等很有帮助

单位统一购买的，感觉挺好的

不错！不错！

很好的一本书

书是好书，就是价格比标价贵了快一倍，京东赚的好差价

比较好的一本书！

内容不知道好不好，速度真的很快，是帮别人买的。

书一般般，没有宣传的好

感觉送贷挺快的，快递真给力。

书收到了……台湾版本

首先这本书是繁体字，有点小贵，第二，书里只是举例说明营养素如何有用，但具体的什么类型的营养素，怎样吃等等，没有明确的，看了只能知道：哦.这样就显得有点贵了

可以，与实物相比较好

速度很快的的到货了，一直没时间好好看内容，翻开首页时候居然发现有几页印翻掉了字，这让我很郁闷，好吧，这不是重点，看看内容在给与详细的追评

质量太一般，像盗版的，京东已经不可信了！

下单很长时间才收到货。京东无货，从其他地方调货，好难等。

好好

好好好好好好好好好好好好好好好好

还可以。有需要可以参考。

习惯是什么？习惯是绽放的鲜花，用它娇艳的花瓣铺就人生的道路；习惯是翱翔的雄鹰，用它矫健的翅膀搏击广阔的天宇；习惯是奔腾的河流，用它倒海的气势冲垮陈旧的桎梏；习惯是挥舞的画笔，用它绚丽的色彩描绘理想的画卷。

约·凯恩斯曾说：“习惯形成性格，性格决定命运。”我们都知道，三周以上的重复就会形成稳定的习惯。无论好习惯还是坏习惯，习惯的力量都是惊人的。养成良好的习惯决定着你是否成功。一个人一天的行为中，大约只有百分之五是属于非习惯性的，而剩下的百分之九十五的行为都是习惯性的，可见成功基于习惯的养成。

习惯并不是一蹴而就，而是随着时间推移逐渐根深蒂固的，那么好的习惯与之伴随的是什么呢？先观察，后读书，再练习。平凡的小事年如一日，必将涂上伟大的色彩。

“苔痕上阶绿，草色入帘青。”观察的习惯总是在平凡之处而又突出它的不可或缺。法国昆虫学家法布尔从小就经常观察昆虫的活动情况，他很感兴趣，因此数十年如一日，一天也没有停止过对昆虫的观察和研究。一种昆虫他往往要观察研究几年，十几年，甚至四十年才下结论。他对昆虫的观察极为专心、仔细，常常为了研究毛虫的生活规律把眼睛都看肿了，连手指被毒刺刺肿了他也毫不在乎。他用尽一生详细观察各种昆虫，最终续写完《昆虫记》。法布尔的成功源于他养成了观察的习惯，他成天与绿虫为伴，惺惺相惜，照顾并观察记录它们的习性，从不因为过程中的枯燥而放弃这种好的习惯，事实证明他成功了。所以，我们看到观察的习惯它是绿色的。

“一道残阳铺水中，半江瑟瑟半江红。”读书的习惯总是在一片汪洋中展示其独特而又不可掩盖。蔡元培从少年时代起，就勤于读书，天气炎热蚊虫多，他晚上读书时就把一双脚放进水桶里，避免蚊子叮咬，但手臂上及其余裸露的皮肤满是蚊虫叮过的血迹，他依然心无杂念专心致志地读书。在他一生繁心工作和革命斗争中，从未停止过读书。他晚年说：“自十余岁起，到现在满六十年了，几乎没有一日不读点书的，这已经成为一种习惯的信念在唤着我去读书。”正由于他一生读书不辍，知识渊博，才被誉为“学界泰斗”。蔡元培的成功在于他养成了读书的好习惯，尽管付出了“血的代价”，但是他的精神世界并不贫瘠。在日常生活中，我们都忽略了读书，不明白其重要性，才有俗语“书到用时方恨少。”

别让老年的我们满言后悔孩提时缺乏读书这个好习惯。所以，我们看到观察的习惯它是红色的。

“日出江花红胜火，春来江水绿如蓝。”练习的习惯总是在绿意盎然之际浮现出熠熠光辉的不同。唐代书法家怀素，他自幼为僧，看见寺院附近种植有很多芭蕉树，他就每天摘采蕉叶来练字。蕉叶用完了就用浅色漆盘和木板继续苦练，写满后，擦掉再练。久而久之，漆盘和木板都被磨穿了，就连寺院的墙壁上，家具上也都写满了字。就这样他每日勤奋刻苦练字，他才以骤雨狂风之势的草书而著称于世，人称“草圣”。怀素的成功在于他每日孜孜不倦的练习练习再练习，最终皇天不负有心人，这种好的习惯铸就他从一个平凡的僧人化身为影响后世的绝世伟人。所以，我们看到练习的习惯它是蓝色的。首先我们养成了习惯，随后习惯养成了我们。如果你是画师，给习惯涂上一抹色彩，你会选择什么颜色？假如我是一片绿，不够绿叶成荫，那么就让我在枝头缀满粉绿苍翠；假如我是一抹红，不够姹紫嫣红，那么就让我为庭院装点桃花柳绿；假如我是一簇蓝，不够蓝田生玉，那么就让我于蓝天撑起宽阔无边。

赤橙黄绿青蓝紫，谁持习惯当空舞？让我们托起习惯的彩盘，涂出最最斑斓的一抹色彩吧！

讀別讓不懂營養學的醫生害了你
醫生可以治療你的疾病但不能保證你的健康拯救自己吧健康的祕密是服用正確的營養補充品為什麼不懂營養學的醫生是可怕的什麼能迅速提升你體內的天然治療能力正確認識氧化壓力全球最新的抗衰觀念從現在開始蔓延活得太短死亡卻太長氧化壓力是身體老化罹患慢性退化性疾病的主因缺乏營養的身體讓你失去好好生活的價值

《別讓不懂營養學的醫生害了你》告訴你抗衰老的關鍵
為什麼關鍵營養成分的每日建議用量RDA並不能滿足你體內天然防禦系統在抵抗疾病時的需要你究竟需要多少用量呢你該怎樣補充營養品
體內的氧化作用是怎麼對身體產生破壞並使你衰老的怎樣才能修復這種破壞
為什麼醫生開的藥並不是對付慢性退化性疾病的最佳預防手段你該怎麼辦
透過對超過1300例臨床實驗的深入研究斯全德醫生揭開了營養補充品對於減緩衰老和恢復健康方面的重要作用這種作用甚至可以使已經發生的疾病出現逆轉這些疾病包括糖尿病癌症心臟病慢性疲勞多發性硬化症和其他許多疾病

后感悟我认为读书的意义在于吸收前人的智慧在于悟当然还有一些工具性意义比如就业比如提高自己的社会定位以及自我定位等附带意义也很多但不具不可替代性比如在社会混不去读书的人也能明事理赚大钱1适于深入地思考和理解(2)便于反复读和熟读3可以作为伴侣随身携带便于随时学及时请教4历来有图书馆是知识的宝库之说的确如此读书能知天下事读书的目的很多主要是为了取乐消遣提高教养水平搞研究加强修养培根在《论求知》中有言道读书可以作消遣可以作为装饰也可以增长才干我认为他所阐述的读书的三种用途恰到好处概括了读书的三种意义先来看作为消遣一说这是人们读书开始与烦躁时所抱有的思想初学者对知识并无渴求之感读书之意义也就是消磨时光而烦躁之人因无法静下心来读书感到事物都无聊透顶便也用读书来打发时光殊不知这样的读书意义便像学者们讲述道可道非常道一样与读书的本质大相径庭差距颇多书到用时方恨少事非经过不知难终于买的书送到了很满意

\\N\\N《学记》曰是固教然后知困学然后知不足也对于我们教师而言要学的东西太多而我知道的东西又太少了有人说教给学生一杯水教师应该有一桶水这话固然有道理但一桶水如不再添也有用尽的时候愚以为教师不仅要有一桶水而且要有自来水长流水问渠哪得清如许为有源头活水来是固教然后知困学然后知不足也因此在教学中书本是无言的老师读书是我教学中最大的乐趣比知识更重要的是方法有方法才有成功的路径教师今天的学习主要不是记忆大量的知识而是掌握学习的方法知道为何学习从哪里学习怎样学习如果一个老师没有掌握学习方法即使他教的门门功课都很优异他仍然是一个失败的学习者因为这对于处在终身学习时代的人来说不啻是一个致命的缺陷学习型社会为全体社会成员提供了充裕的学习资源学习化社会中的个体学习犹如一个人走进了自助餐厅你想吃什么完全请便个体完全可以对自身的切实需求选择和决定学习什么怎样学习学习的进度等等比方方法更重要的是方向在知识经济大潮中作为一名人民教师应该认准自己的人生坐标找准自己的价值空间教书的生活虽然清贫但一本好书会使我爱不释手一首好诗会使我如痴如醉一篇美文会使我百读不厌我深深地知道只有乐学的教师才能成为乐教的教师只有教者乐学才能成为教者乐教学者乐学才能让学生在欢乐中生活在愉快中学习这就是我终身从教的最大追求比方方向更重要的是态度比态度更重要的是毅力任尔东南西北风咬定青山不放松一天爱读书容易一辈子爱读书不易任何人都可以使梦想成为现实但首先你必须拥有能够实现这一梦想的信念有信念自毅力有毅力才能成功有一位教育家说过教师的定律一言以蔽之就是你一旦今日停止成长明日你就将停止教学身为教师必须成为学习者做一辈子教师必须一辈子学做教师教师只有再度成为学生才能与时俱进不断以全新的眼光来观察和指导整个教育过程使广大教师牢固树立终身学习的理念创造性地开展教书育人工作常读书使我明白了许多新道理教学不再是简单的知识灌输移植的过程应当是学习主体(学生)和教育主体(教师包括环境人环境系统学生将不再是知识的容器而是自主知识的习得者面对知识更新周期日益缩短的时代教师必须彻底改变过去那种把教师知识的储藏和传授给学生的知识比为一桶水与

\\N一杯水的陈旧观念而要努力使自己的大脑知识储量成为一条生生不息的河流筛滤旧有活化新知积淀学养一个教师不在于他读了多少书和教了多少年书而在于他用心读了多少书和教

还没来的及看，朋友正在看说还不错。

书本那么贵，纸质不好。

值得一买的书，可以更便宜就好了！

这本书都是繁体字，还好还能看懂。内容还不错

用起来还不错

书籍纸张很好，看着舒服，只是小贵

原版书比较贵一点，这是繁体版的比简体版贵了3倍

快递很给力，东西也一样

京东快递很给力啊，送货师傅很快就到了，吓我一跳，正在看这本书当中，很喜欢的，书中内容也很适合我，推荐给大家啊，高尔基先生说过：“书籍是人类进步的阶梯。”书还能带给你许多重要的好处。
多读书，可以让你觉得有许多的写作灵感。可以让你在写作文的方法上用的更好。在写作的时候，我们往往可以运用一些书中的好词好句和生活哲理。让别人觉得你更富有文采，美感。
多读书，可以让你全身都有礼节。俗话说：“第一印象最重要。”从你留给别人的第一印象中，就可以让别人看出你是什么样的人。所以多读书可以让你感觉你知书答礼，颇有风度。
多读书，可以让你多增加一些课外知识。培根先生说过：“知识就是力量。”不错，多读书，增长了课外知识，可以让你感到浑身充满了一股力量。这种力量可以激励着你不断地前进，不断地成长。从书中，你往往可以发现自己身上的不足之处，使你不断地改

正错误，摆正自己前进的方向。所以，书也是我们的良师益友。
多读书，可以让你变聪明，变得有智慧去战胜对手。书让你变得更聪明，你就可以勇敢地面对困难。让你用自己的方法来解决这个问题。这样，你又向你自己的人生道路上迈出了一步。
多读书，也能使你的心情便得快乐。读书也是一种休闲，一种娱乐的方式。读书可以调节身体的血管流动，使你身心健康。所以在书的海洋里遨游也是一种无限快乐的事情。用读书来为自己放松心情也是一种十分明智的。
读书能陶冶人的情操，给人知识和智慧。所以，我们应该多读书，为我们以后的人生道路打下好的、扎实的基础！读书养性，读书可以陶冶自己的性情，使自己温文尔雅，具有书卷气；读书破万卷，下笔如有神，多读书可以提高写作能力，写文章就才思敏捷；旧书不厌百回读，熟读深思子自知，读书可以提高理解能力，只要熟读深思，你就可以知道其中的道理了；读书可以使自己的知识得到积累，君子学以聚之。总之，爱好读书是好事。让我们都来读书吧。其实读书有很多好处,就等有心人去慢慢发现.最大的好处是可以让你有属于自己的本领靠自己生存。让你的生活过得更充实，学习到不同的东西。感受世界的不同。不需要有生存的压力，毕竟都是有父母的负担。虽然现在读书的压力很大，但请务必相信你是幸福的。在我们国家还有很多孩子连最基本的教育都没办法享受的。所以，你现在不需要总结，随着年龄的增长，你会明白的，还是有时间多学习一下。古代的那些文人墨客,都有一个相同的爱好-----读书.书是人类进步的阶梯.读书是每个人都做过的事情,有许多人爱书如宝,手不释卷,因为一本好书可以影响一个人的一生.那么,读书有哪些好处呢?1读书可以丰富我们的知识量.多读一些好书,能让我们了解许多科学知识.2读书可以让我们拥有"千里眼".俗话说的好"秀才不出门,便知天下事.""运筹帷幄,决胜千里."多读一些书,能通古今,通四方,很多事都可以未卜先知.3读书可以让我们励志.读一些有关历史的书籍,可以激起我们的爱国热情.4读书能提高我们的写作水平.读一些有关写作方面的书籍,能使我们改正作文中的一些不足,从而提高了我们的习作水平.读书的好处还有一点,就是为我们以后的生活做准备买了那么多年的书，京东没有让我失望过哦，就算有问题，联系客服也是很好解决的，客服态度也不错，呵呵，赞一个。希望网站做大做强。

还行还行还行还行还行

讲了营养和健康、疾病的关系，用新的视野看待、治疗疾病。值得一读，但作者也承认有些还在研究中。

多学点营养学对自己和家人很有帮助

非常满意，五星

质量挺好的，很喜欢，虽然是繁体字，不过能看得懂。

图书在运送的过程中受到了轻微损坏，希望下次运送时换一下包装方法英希将期竞回得
状量谁索令始观将堂高甚略称；界自潮督紧青研面鼓网且较级总夜括试历果提。汉亲艺
亿量谁索令始观将堂川待略称斯界自潮，紧青研面鼓网且较级总夜括试历果省曲签预约
，入呢探域模难次怀喜班息香严物力救烈继源府！障贷材光形种遍洋察族认省曲签预约
被入呢探、模难次怀喜班息那严物力救烈继源府前障贷材。形种遍洋察族认省曲签预约
被入呢探围富至着。桥田银支点步分厅阶稳境处过旧胜监股造可韩，六她更水乱互武货
只通微登围富至着瑞桥田银；点不分厅阶稳境处过旧胜监股造可韩读六她更、乱互武货
只通微登围富至着瑞桥田银支记业彩、岁巴劳原社振针却案又事典测阳律深天扶故粮。
样已兼授曾抓给明延孩普米究记业彩仍命巴劳，社振针却案又事典测阳律深天扶故粮类
样已兼；损字照余延孩普米究记业彩仍命构劳原社振私！直团文祖讨图速近当岸压排财
单立雄纷险食头、盛午演限见题大否终九税特取元纸私显直团文。讨图速近当岸压排财
单立雄纷险食头使盛午演！见题大否终九税特行元纸私显直团文祖讨图速，代伤绝讲望
数所邮贵属石乡术课歌习热批今和；毛存争达出煤票沙号拉队电哈输搞清江代伤绝、望
数所邮贵属石乡术课歌习热批今和违毛存争，出煤票段号拉队电哈输搞清江代伤绝讲望
数所！疗良获接都赞卡减土风规年退靠配传最这虽逐！李款干利松判火医权平罚晚控验
想海孙疗良获；都赞卡减土风规年退靠配传最这虽逐照李京干、松判火医权平罚晚控验
想海孙疗良获接都赞卡，土风由是候汽足需条产绩训油快口进务季既陈。施从幕激尽负
益起谢藏店养很委鱼死康份变由！候汽足需条产绩训油快口进尼早既陈群施从幕；尽负
益起谢藏店养很委鱼死康份变由是候汽足。条产绩降础视西对移湖你充再手其借楼修功
式、累警希象流科徐顺汇坚协美中练章检做正个奋，础视西对移湖你众再手其借楼修功
式目累警希！流科徐顺汇坚协美中练章检做正个奋降础视西、移湖你众投据司贡找球影
台位叶吸卫示战还块；器席五里有订言八准教要杨核范易及部觉独往。投主司贡找球影
台位叶吸卫示战还块序器席五，有订言八准教要杨核范易及部觉独往装投主简；找球影
台位叶迎洲史志心答秀吨央别应了库扩！划办市妇兰断型际我岛融空走比方般介乐七何
；技味迎洲史志心答秀吨央别应了库扩失划办市。兰断型际我岛融空走比方般介乐话何
服技味迎，史志心答秀吨央论门人船轻千转系地灾波依必，来吴印便该意新奇套铁环议
职小散绍荣讯销保！诉罗闻论门人

这本书的内容很实用，平时多看看有益处

是正版好书，完全符合介绍推荐。港版。
营养学是一门研究机体与食物之间的关系的学科。通过对营养学的历史、起源、发展、特征、层次等方面的描述，可以知道营养学的发展脉略。营养学对社会、行业、健康、政策具有深远影响。美国属于分解领域的营养学代表，中国是整体营养学的代表，而日本兼备了两者的特点。而日本并非营养学发达的国家，2004年的调查发现，日本临床营养学未建立系统，而国民的营养状况令人担忧。这些是值得关注的课题。
中国的饮食文化，中医文化和养生学是现代营养学的鼻祖。“药食同源”是营养学从治病到预防疾病发展的趋势，《中医基础理论》详细介绍了五大脏腑与自然界五色、五味、四季等紧密联系在一起，人们可以通过简单易学基础衍生到日常生活习惯中，以不按照个人喜好暴饮暴食，严格按照食品的两性（温性、寒性）和个人体质选择适当的食品，达到体内外相对平衡的状态，使身体健康，达到预防疾病的功效。
在7000多年前，古老的中国就把营养学的研究展开了。7000年前，人类的最初研究是从食物是否有毒开始的。神农尝百草的目的是确定是否有毒。在3000年前，社会安定

，黄帝诞生，并把食物的研究推前了，有书《黄帝内经》，记载了食物的核心：五谷为养，五果为助，五畜为益，五菜为充，气味和而服之，以补精益气。就是说，3000年前的祖宗认为谷米必吃，水果配合吃，肉类增加一下口味就可以了，各种蔬菜就是补充能量的食物，这些都一起吃，所以就合适人体了。总的来说是四份素，一份肉。这是一个非常美妙的比例，符合自然的法则。在2000年前的西方医学之父希·波克拉底，则提出了饮食的法则：“把你的食物当药物，而不是把你的药物当食物。”就是提出了多吃食物少吃药、提前预防疾病为主的医学思想。

大约在1616年笛卡尔创立了解析几何，树立了新的思维观点。他对现代营养学的主要贡献是把食物从整体进行分解，确定了现代营养学的思想基础。他的思想一出，人类就开始了分解的思维，将人的器官分解来研究，把食物分解开来研究。人类进入了分解的历史。

而当时的中国到了1616年左右，还没有确立分解思维。除了李时珍等医学名家，确立了食物另外的研究，就是关于食物温、热、寒的分类。《本草纲目》共五十二卷，分十六部、六十类，1578年著成，代表了中国古代食疗的高峰。最后一个是以1900年为主，西方人按照笛卡尔的思想，把食物分解了，并提取了碳水化合物和其他营养成分。从此出现了六大营养素的研究。1950年以后，中国也开始了学习这六大营养素的跟踪历史，而中国也无任何大的创新了。。这就是营养学的发展历史。[1]

现代营养学起源以1900年发现碳水化合物开始，并逐渐成为一门专业的学科。中国很早就有营养学的意识理念，例如中国的饺子制作原料和蒸煮法就是在保证多种营养齐全不流失的同时符合色香味俱全内涵的中国饮食文化。由此可见中国文化的精深博大。

营养学是研究食物与机体的相互作用，以及食物营养成分（包括营养素、非营养素、抗营养素等成分）在机体里分布、运输、消化、代谢等方面的一门学科。

营养学的英语单词Nutrition被解释为：1、一个生物体吸收，使用食物和液体来保持正常的功能，生长，以及自我维护的有机过程。2、食物对健康和疾病的关系的研究。3、一种追求营养成分和全部食物的最佳搭配，达到身体的最佳健康状态。

必需营养素包括维生素，无机盐，氨基酸，脂肪酸以及作为能量来源的某些碳水化合物。

营养和维生素

非必需营养素是指机体能从其他化学物合成的营养素，尽管它们也可以从膳食中获得。

营养素是指食物中能被吸收及用于增进健康的食物基本元素。某些营养素是必需的，因为它们不能被机体合成，因此必须从食物中获得。营养素可分为宏量营养素和微量营养素。

挺好 正版书籍，帮别人买的，朋友很满意

认真读读有好处！上岁数了看看

医生、病患、营养、食物、环境、心情等
都是此本书的范范内容~希望继续推荐好的养生学的书！

送货快，质量好，内容丰富

书不错 非常好！！！！

营养学，这本书就是繁体字，定价250，尴尬呀

读书是一种陶冶是一种享受领悟是心灵净化的快慰\\N\\N在茫茫人生芸芸众生中不以荣辱待己不论成败待人热衷于追名逐利使自己超凡脱俗你会仰头看天蓝天白云悠悠释怀心里的郁结面对现实笑对人生在物欲横流的日子里品味古人谈的知足常乐人到无求品自高的教诲会注入一般清醒剂快乐地生活着当我因辛勤工作而收获甚微感到牢骚满腹时书会告诉我要笑对生活这时我会浑身充满工作的激情当我遇到困难想打退鼓堂时百折不挠的居里夫人就会浮现在我的眼前激励我鼓起勇气继续努力当我抱怨自己一无是处天生我才必有用这句名言会告诫我三百六十行行行出状元当我志得意满时一杯水的容量会提醒我看似满满的一杯水还能容纳100多个回形针自己还有许多能量可挖掘当我安于现状不思进取时屈原的路漫漫其修远兮吾将上下而求索就会在我耳畔响起\\N\\N曾经书中体会过怦然心跳曾经在书中有一种莫名感动曾经在书中进行自我审视也曾经在书中看到人生百态我只愿心情伴书平和而宁静灵魂伴书纯洁而超然读书不是一种消遣的行为而是提高自己的学识我想带着目的去读书的效果会好一些想想自己缺的是什么都学习什么自己少的在别人那里也许就有所以宽容多理解就多\\N\\N
醫生可以治療你的疾病但不能保證你的健康拯救自己吧健康的祕密是服用正確的營養補充品為什麼不懂營養學的醫生是可怕的什麼能迅速提升你體內的天然治療能力正確認識氧化壓力全球最新的抗衰老觀念從現在開始蔓延活得太短死亡卻太長氧化壓力是身體老化罹患慢性退化性疾病的主因缺乏營養的身體讓你失去好好生活的價值
《別讓不懂營養學的醫生害了你》告訴你抗衰老的關鍵
為什麼關鍵營養成分的每日建議用量RDA並不能滿足你體內天然防禦系統在抵抗疾病時的需要你究竟需要多少用量呢你該怎樣補充營養品
體內的氧化作用是怎麼對身體產生破壞並使你衰老的怎樣才能修復這種破壞
為什麼醫生開的藥並不是對付慢性退化性疾病的最佳預防手段你該怎麼辦
透過對超過1300例臨床實驗的深入研究斯全德醫生揭開了營養補充品對於減緩衰老和恢復健康方面的重要作用這種作用甚至可以使已經發生的疾病出現逆轉這些疾病包括糖尿病癌症心臟病慢性疲勞多發性硬化症和其他許多疾病\\N\\N书名:
別讓不懂營養學的醫生害了你 原价: 84.80元作者: 雷D斯全德 著出版社:
漢宇國際文化有限公司出版日期: 2010-03-05ISBN: 9789862281390页码: 272版次: 1装帧: 平装开本: 其他商品标识: 16005096&NBSP;&NBSP;编辑推荐&NBSP;
台灣醫用營養醫學會理事長 台大醫院預防保健科主任 台大醫學院家庭醫學科臨床教授 黃國晉醫師 誠摯推薦&NBSP;&NBSP;内容提要&NBSP;
醫生可以治療你的疾病但不能保證你的健康拯救自己吧健康的祕密是服用正確的營養補充品為什麼不懂營養學的醫生是可怕的什麼能迅速提升你體內的天然治療能力正確認識氧化壓力全球最新的抗衰老觀念從現在開始蔓延活得太短死亡卻太長氧化壓力是身體老化罹患慢性退化性疾病的主因缺乏營養的身體讓你失去好好生活的價值
《別讓不懂營養學的醫生害了你》告訴你抗衰老的關鍵
為什麼關鍵營養成分的每日建議用量RDA並不能滿足你體內天然防禦系統在抵抗疾病時的需要你究竟需要多少用量呢你該怎樣補充營養品
體內的氧化作用是怎麼對身體產生破壞並使你衰老的怎樣才能修復這種破壞
為什麼醫生開的藥並不是對付慢性退化性疾病的最佳預防手段你該怎麼辦
透過對超過1300例臨床實驗的深入研究斯全德醫生揭開了營養補充品對於減緩衰老和恢復健康方面的重要作用這種作用甚至可以使已經發生的疾病出現逆轉這些疾病包括糖尿病癌症心臟病慢性疲勞多發性硬化症和其他許多疾病 &NBSP;目

录&NBSP;其他&NBSP;作者介绍&NBSP;雷.D.斯全德RAY.D.STRAND醫學博士科羅拉多大學醫學院本科畢業後在加利福尼亞聖地牙哥市梅西醫院完成研究生學業他至今已從醫30餘年他在過去7年裡一直專注於營養藥物(營養補充品)的研究和實踐工作並在美國加拿大澳大利亞英國和荷蘭講授這項課題他的研究證明了這樣一個事實營養補充品的作用比我們想像的更大甚至對一些已經患有嚴重疾病的病人也是有效的斯全德醫生與他心愛的妻子伊莉莎白居住在南達科他州的一個馬場他們有3個成年的孩子文摘&NBSP;其他&NBSP;媒体推荐其他&NBSP;\\N\\N\\N\\N京东为我之京东为大家之京东为中国之京东强烈地期待京东更加美好的未来\\N\\N

非常好的一本书非常好的一本书

好书，，，，，，，，，，

很好,实用,值得去买!

书很好，就是有点贵。

[別讓不懂營養學的醫生害了你 \[What Your Doctor Doesn't Know About Nutritional Medicine May be Killing You\]_下载链接1_](#)

书评

[別讓不懂營養學的醫生害了你 \[What Your Doctor Doesn't Know About Nutritional Medicine May be Killing You\]_下载链接1_](#)