

# 《如何选择营养素》

## 图书基本信息

书名：《如何选择营养素》

13位ISBN编号：9787508726472

10位ISBN编号：7508726472

出版时间：2009-6

作者：加百列

页数：170

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《如何选择营养素》

## 内容概要

《如何选择营养素》旨在介绍各人群的适用膳食计划和一些常见的营养元素，包括其性质、经医学证明的功效、摄入量、食用方法及建议人群等，为广大读者在选择膳食补充剂时提供可能有效的参考。

# 《如何选择营养素》

## 精彩短评

1、当做了解。不够严谨。

# 《如何选择营养素》

## 精彩书评

1、虽然有的有点夸张，当基本属实。让我们充分了解了人体所需的营养，是购买营养保健品的好帮手，值得一看，不错！《如何选择营养素》：科学运用营养素，远离疾病亚健康，详解62种常见营养素，8类人群膳食计划，教你选择最适合的营养补充品，帮你从头到脚改善身体状态，越橘促进眼周血管循环，缓解眼部疲劳，雨林出产的瓜拉纳缓解宿醉具有疗效，古老的银杏用于止咳清肺及治疗支气管炎等疾病有近千年的历史，食用诺丽果有助于提高免疫力，促进消化与排毒，修复受损细胞等，蔓越莓：女性必备草本。改善健康，择优而食。

# 《如何选择营养素》

## 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)