

《爱恨烟酒茶》

图书基本信息

书名：《爱恨烟酒茶》

13位ISBN编号：9787535236869

10位ISBN编号：7535236863

出版时间：2007-4

出版社：湖北科学技术出版社

页数：266

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

《爱恨烟酒茶》

内容概要

茶、酒、烟已是人们长期谈论的话题。调查显示，我国酒的产量逐年攀升。吸烟人群在扩大，女性烟民也在增加，平均年龄在下降。本文搜集大量的文选资料，以通俗易懂的话语，和您浅谈烟、酒、茶给您带来的利与弊。让您理解许多疾病的发生，内因仅占20%，而外因占到80%。科学、文明、健康的生活方式，能够调控外因，减少疾病的发生。明白在科学发达了、生活富裕了的今天，增强全民健康意识，转变大众的思想观念，从小抓起。由防病入手，把卫生预防知识宣传普及到全民的思想观念中。

身体是资本，健康是基石。“生命和健康都单行线”，一旦逝去，永不复返。因此，珍惜身体，不要透支健康，微缩生命。我们诚告：戒烟限酒，饮茶养生。

《爱恨烟酒茶》

书籍目录

说戒烟一、烟草的由来二、烟草的毒性三、吸烟恶果四、吸烟成疾五、戒烟长寿六、相关常识谈限酒
一、酒历史与发展二、酒的两面性三、酒利健康养生四、嗜酒的危害五、酒品的知识六、其他小常识
叙品茶一、茶文化的起源二、茶之家谱三、茶益健康四、茶与养生五、饮茶常识

《爱恨烟酒茶》

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