

《佩里孔的承诺》

图书基本信息

书名：《佩里孔的承诺》

13位ISBN编号：9787807281566

10位ISBN编号：7807281561

出版时间：2006-3

出版社：广东经济出版社

作者：尼古拉斯·佩里孔

页数：225

译者：董伟

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

《佩里孔的承诺》

内容概要

来自美国抗衰老领域权威专家的养生建议。本书揭示衰老是一种可以治疗的疾病，介绍了防治皮肤老化的突破性成果。28天3个简单步骤让你变得更年轻、活得更长久、时光倒流十年不是神话！

3个简单步骤让我们变得更年轻、活得更长久？28天让我们年轻10岁？

对，这就是《佩里孔的承诺》！

在尼古拉斯·佩里孔医学博士以前撰写的几本《纽约时报》畅销书中，他揭示了青春和完美肌肤的奥秘。现在他又通过《佩里孔的承诺》告诉我们，美丽不仅仅是娇嫩的肌肤，而是来源于建立在最新研究成果基础上的“佩里孔方案”。该革命性的方案使用了多年来研究人员在抗衰老药物研究方面取得的最大的成果，即类似于蛋白质的肽和神经肽。这些强大的化合物具有活化皮肤和头发、促进心脏健康、降低许多疾病的发病几率并强化免疫系统等诸多功效。

佩里孔博士承诺：在短短28天内，你将拥有更年轻的容颜和更健康的身体！在不到一个月的时间内，你就能体验到这种能让生命改变的神奇经历。

在本书中，佩里孔博士揭示了他独创的分为3个步骤的方案，这个方案将帮助我们拨回时间之轮，永葆青春。

功能食品：10种“超级食品”可使你由内而外焕发青春光彩。

补充品：抗衰老、抗发炎、促进脂肪代谢，提高人体中肽的含量，这些刚刚被医学界发现的有效营养成分将为身心带来新生。

新式护肤品：代表最新技术水平的含有肽的产品将不只改变你的外表，也将帮助你治疗疾病和保持健康。

随书附赠：

28天佩里孔方案：依葫芦画瓢，不到一个月的计划，内服外敷、心动手动，让你轻松体验驻颜还童、延年益寿的神奇功效。

采购指南：按图索骥，各种新奇物料，手到擒来，自然如探囊取物般容易。

《佩里孔的承诺》

作者简介

Nicholas Perricone（尼古拉斯·佩里孔），皮肤临床研究专家。获密歇根州立大学医学博士学位，兼任底特律亨利福特医学中心皮肤科住院医师，他是全球提出“炎症导致皮肤老化理论”的第一人。佩里孔博士是纽约科学院会员，美国营养学会会员，并担任皮肤老化国际研讨会主席。佩里孔博士在抗氧化剂修复受伤肌肤方面的研究花了将近20年时间，通过这些研究与科技创新，他开发了多种皮肤抗氧化及修复产品，目前已获得15项美国专利和数十项相关的其他国家专利，并因此获得美国艾里惠特尼奖（该奖项是美国知识产权协会颁发给全美在科学、发明和技术领域中有重大贡献的人）。佩里孔博士在抗氧化剂和老化方面的研究成果被斯坦福大学的研究人员作为教材使用。

《佩里孔的承诺》

书籍目录

引言 第一部分 我的承诺 第一章 我能承诺 第二章 承诺的科学基础 第二部分 佩里孔抗衰老“三步法”
第一步 功能食品 第三章 彩虹食品——像黄金一样珍贵的食品 第四章 超级食品——超级能量 第五章
生命香料——抗氧化、抗衰老的灵丹 第二步 补充品 第六章 多聚糖——提高人体能量工厂的生产能力
第七章 补充品——让你的生命更健康 第三步 外用护肤品 第八章 神经肽——通向恢复青春的“信息高速公路”
第三部分 佩里孔28天抗衰老方案 第九章 佩里孔28天方案 附录A 佩里孔28天抗衰老方案食谱
附录B 购买指南

《佩里孔的承诺》

媒体关注与评论

“我是整个佩里孔方案的忠实拥趸，因为这个方案很容易执行，能从多个层面对人体进行改善。” 科特尼·考克斯（Courteney Cox） “衰老是不可避免的吗？我们还有选择吗？佩里孔博士进行的深入研究足以证明，抗氧化物能发挥强大作用，它们能从内至外地让我们身体恢复青春和活力。” 克里斯蒂安·诺思罗甫医学博士（Christane Northrup） “佩里孔博士多年来的临床和试验研究终于取得了技术上的突破。” 哈里·G·普鲁斯医学博士（Harry G Preuss）， “研究抗衰老和皮肤更新的领域在过去25年里出现的最杰出的原创思想。” 斯蒂芬·T·西纳特拉（Stephen T Sinatra）博士，美国营养学院营养专家

《佩里孔的承诺》

精彩短评

- 1、佩里孔的承诺（28天3个简单步骤让你变得更年轻、活得更长久）
- 2、这不是很好的书。太商业化了
- 3、到了30就开始关注老化问题这一点都不骇人听闻，除了食补外补充功能性产品也变得必须~a硫辛酸是个很全面的抗衰老补充剂，建议朋友们可以服用~那些制造毒素的食品我们年轻时候吃够了现在得少吃，多吃浆果类水果多摄入有益脂肪多喝水，健康了自然美丽了。

《佩里孔的承诺》

章节试读

1、《佩里孔的承诺》的笔记-摘抄

从天呐女人摘抄过来的笔记：饮食上的调整可以让人的体态更加年轻有活力，皮肤状态更年轻。作者鼓励吃 蔬菜 三文鱼，优质蛋白质；每天早上有颗鸡蛋，补充适当蛋白质；水果蔬菜中多吃蓝莓，抗氧化能力。经过一个月，会有所改变。

《佩里孔的承诺》

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