

<<别让慢性食物过敏害了你>>

图书基本信息

书名：<<别让慢性食物过敏害了你>>

13位ISBN编号：9787807242789

10位ISBN编号：7807242787

出版时间：2006-12

出版时间：京华出版社

作者：欧忠儒

页数：175

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：<http://www.tushu007.com>

## <<别让慢性食物过敏害了你>>

### 内容概要

有时候，爱吃的某种食物，其实就是过敏原，这些食物长期累积下来，就会造成了身体极大的负担，终于，身体发出了求救声——“过敏啦！”

”如果不对症下药，不排除特定的过敏食物，那么这些毛病不只会一直存在，甚至还会造成无法弥补的遗憾。

所以，如果家人长期感觉身体不适，看遍中西医仍无法根除；孩子的成长曲线缓慢、为青春痘所苦，甚至有自闭及忧郁的倾向……，都可能是慢性食物过敏在作怪！

《别让慢性食物过敏害了你》不但让你认识慢性食物过敏，还公布了十大食物过敏排行榜，让你知道哪些食物爱作怪；过敏检测能了解自己的体质，帮助你调整饮食习惯，远离过敏原；另外，医师专业问诊的医疗个案，也能让你进一步地体认慢性过敏无远弗届的影响力。

## <<别让慢性食物过敏害了你>>

### 作者简介

欧忠儒，虽受教于现代医学，却深信中西医可相辅相成。

在数十年的临床经验中，见过无数“亚健康人”，亦即身体不适却始终未找到真正病因，只能暂时得到缓解，但却持续反复发作的案例。

1997年接触到盛行美国已久的功能性医学，从中得到对现代医学盲点的启示，自始致力将其观念推广于临床医疗中，被尊崇为台湾功能性医学之父。

2005年成立“中华功能性医学研究机构”，与一群志同道合的医师共同努力，期使医疗不仅是治“已病之病”及“将病之病”，更能达到治“未病之病”的最高境界。

学历：英国肯邦大学自然医学博士，美国自然医学会认证医师。

经历：中华功能性医学研究机构执行长，美国IFM功能性医学会会员，美国A4M抗衰老医学会会员，美国Genova Diagnostic研究员等。

## <<别让慢性食物过敏害了你>>

### 书籍目录

推荐序一 七十而从心所欲，不是梦  
推荐序二 选对食物更健康  
推荐序三 认识食物过敏是照顾健康的第一步  
推荐序四 达芬奇密码与功能性医学  
推荐序五 身体舒适，才能有好情绪  
推荐序六 均衡是最好的饮食习惯  
前言 功能性医学与人体的亲密关系  
PART 1 祸从口入，是补还是毒？  
1.1 食物过敏面面观 1.2 你吃的是补还是毒？  
1.3 牛奶是引起食物过敏的头号杀手 1.4 食物过敏杀手排行榜 1.5 胖不起来，瘦不下去！  
小心肠漏症  
PART 2 了解体质，远离过敏原！  
2.1 免疫系统与食物过敏的互动关系 2.2 如何自我诊断食物过敏？  
2.3 食物过敏检测及解读 2.4 饮食轮替法，过敏不上身 2.5 食物过敏的祸源家族  
PART 3 食物过敏实战篇  
PART 4 食物过敏问答篇

## <<别让慢性食物过敏害了你>>

### 媒体关注与评论

书评孩子长不高、功课压力大、长期受青春痘的困扰，是慢性食物过敏在作怪？

慢性疲劳、关节炎、气喘、自闭、忧郁是慢性食物过敏会引发的症状？

瘦不下去，胖不起来，有慢性食物过敏方面的原因？

透过食物过敏检测，能更了解自己的身体，远离过敏原，迎向健康人生！

功能性医学所强调的整体保健计划，改善了 my 的健康与体能，使我对事业及家庭能付出更多操心与努力。

如今的我，有信心到了七十岁仍能随心所欲不受限。

——台湾棒球协会理事长/美孚关系企业集团董事长 彭诚浩 这本书带来的新观念，可让每一个人重新检视饮食内容，也许扰人多年的老毛病从此就说拜拜了。

——富邦文教基金会执行长 陈蔼玲 相信阅读本书之后，对于正为过敏所困扰的人，或相关的医疗人员，都会有极佳的收获。

——安法诊所院长 王桂良 当有轻微的不适症状，就运用敏锐的高阶功能检验，找出潜藏的问题，在疾病成形之前阻止它。

相信自己，健康，由你定义。

——荣新诊所副院长/书田诊所主任医师 丁绮文 食物过敏检测帮助我们了解自己的孩子，去避免对孩子不利的因素，让孩子能在稳定的状况中学习。

——长庚医院儿童心智科主治医师 吴佑佑 欧博士可称为“台湾功能性医学之父”，这几年来他更极力推广慢性食物过敏检测，让许多人受益。

——财团法人人人体重管理/基金会副执行长 赵思姿

## <<别让慢性食物过敏害了你>>

### 编辑推荐

相信阅读这本书之后，对于正为过敏所困扰的人，或相关的医疗人员，都会有极佳的收获。

——安法诊所院长 王桂良 食物过敏检测帮助我们了解自己的孩子，去避免对孩子不利的因素，让孩子能在稳定的状况中学习。

——长庚医院儿童心智科主治医师 吴佑佑 欧博士可称为“台湾功能性医学之父”，这几年来他更极力推广慢性食物过敏检测，让许多人受益。

——财团法人人人体重管理/基金会副执行长 赵思姿 有时候，爱吃的某种食物，其实就是过敏原，这些食物长期累积下来，就会造成了身体极大的负担，终于，身体发出了求救声 “过敏啦！” 如果不对症下药，不排除特定的过敏食物，那么这些毛病不只会一直存在，甚至还会造成无法弥补的遗憾。

所以，如果家人长期感觉身体不适，看遍中西医仍然无法根除；孩子的成长曲线缓慢、为青春痘所苦，甚至有自闭及忧郁的倾向，都可能是慢性食物过敏在作怪！

本书不但让你认识慢性食物过敏，还公布了十大过敏食物排行榜，让你知道哪些食物爱作怪；过敏检测能了解自己的体质，帮助你调整饮食习惯，远离过敏原；另外，医师专业门诊的医疗个案，也能让你进一步地认识慢性食物过敏的影响力。

<<别让慢性食物过敏害了你>>

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:<http://www.tushu007.com>