

สมองดีด้วยอาหาร

เขียนโดย ผู้ดูแลระบบ

วันพฤหัสบดีที่ 03 ตุลาคม 2013 เวลา 18:53 น. -



บาร์โค้ด 100048

ชื่อหนังสือ สมองดีด้วยอาหาร

ชื่อผู้แต่ง นายแพทย์สโรช รัตนการ

สำนักพิมพ์ ฐานบุ๊คส์

พิมพ์ครั้งที่ 4 พฤศจิกายน 2550

จำนวนหน้า 168 ราคา 145 บาท

หนังสือเล่มนี้มีเนื้อหาเกี่ยวกับ เด็กไทยฉลาดหรือโง่ อาหารสร้างเด็กฉลาดและหน้าตาดี อาหารสำหรับผู้ใหญ่ ทำไมต้องกินอาหารเสริม
ได้รวบรวมความมหัศจรรย์ของสารอาหารที่หลายคนยังไม่รู้ เช่น สารอาหารที่สร้างชัยชนะสำหรับนักกีฬา สารอาหารที่ป้องกันไม่ให้เกิดโรคมะเร็ง เบาหวาน ข้ออักเสบ
อัมพฤกษ์ อัมพาต โรคหัวใจ ภูมิแพ้ หอบหืด วิธีคลายเครียดด้วยวิตามิน และสารอาหารชะลอความชรา
สำหรับผู้ที่ต้องการความรู้เกี่ยวกับสารอาหารที่ช่วยในการพัฒนาสมองและร่างกาย

โรคภูมิแพ้คือสภาพร่างกายมีความรู้สึกไวต่อสิ่งต่างๆมากเกินไป คนปกติจะไม่เกิดอาการอะไรเมื่อได้รับบางอย่างทางการกินการหายใจ หรือการสัมผัส แต่คนเป็นโรคภูมิแพ้จะเกิดอาการต่างๆ อาการของโรคภูมิแพ้เกิดได้หลายระบบ ที่เป็นกันมากคือ น้ำมูกไหลทุกเช้า หรืออาจจะไหลทั้งวัน แสดงว่าเมื่อร่างกายได้รับสิ่งที่ทำให้แพ้จะเกิดปฏิกิริยาขึ้นมาทางระบบทางเดินหายใจถ้าใครสนใจก็ลองมาอ่านกันดูนะคะ
