

อ้วนไขมัน

เขียนโดย ผู้ดูแลระบบ

วันเสาร์ที่ 05 ตุลาคม 2013 เวลา 08:21 น. - แก้ไขล่าสุด วันเสาร์ที่ 05 ตุลาคม 2013 เวลา 08:22 น.



6000167

ชื่อเรื่อง อ้วนไขมัน

ผู้แต่ง ศ.ดร.นพ.กำพล ศรีวิวัฒนกุล

สำนักพิมพ์ สกายบุ๊ก

จำนวนหน้า 159 หน้า

ราคา 150 บาท

เนื่องจากเนื้อหาและข้อมูลเกี่ยวกับเรื่องความอ้วนได้มีการเผยแพร่อย่างกว้างขวางโดยผู้ทรงคุณวุฒิหลายๆ
ด้านและปัญหาเรื่องความอ้วนเป็นสิ่งที่ซับซ้อนและมีองค์ประกอบที่เข้ามาเกี่ยวพันมากมาย
จึงเป็นไปได้ที่ความเห็นและประสบการณ์ของผู้เชี่ยวชาญแต่ละคนอาจมีความแตกต่างกันบ้างบางประการ
อย่างไรก็ตามผู้อ่านทุกคนควรจะได้รับทราบข้อมูลที่สำคัญเกี่ยวกับไขมันเป็นองค์ประกอบที่สุดในการทำให้เกิดความอ้วน
และตระหนักว่าการควบคุมอาหารการออกกำลังกายและการปรับพฤติกรรมเป็นสิ่งที่ต้องกระทำอย่างต่อเนื่องและสม่ำเสมอ