

<<保健·食疗药膳精典>>

图书基本信息

书名：<<保健·食疗药膳精典>>

13位ISBN编号：9787501760497

10位ISBN编号：7501760497

出版时间：2004-1-1

出版时间：中国经济出版社

作者：中国保健食品杂志社

页数：539

字数：620000

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>

<<保健·食疗药膳精典>>

内容概要

本书由中国保健食品杂志社根据近两年刊登的文章精选归类编辑而成。

内容由保健、食疗药膳、食疗药膳祛疾病三大部分组成。

我国在饮食保健和治疗方面一直有“药食同源”的说法，食疗药膳防病治病已成为当今人们普遍接受的事实。

本书详细介绍了各种蔬菜、水果、茶、酒、奶、肉的自身属性和在日常生活中防病治病的作用以及禁忌症，同时专家以深入浅出的方式阐明了保健食品的知识和作用，本书还列举了一些通过自我保健、平衡营养膳食，由身患多种疾病到恢复身体健康的范例，广大读者定会从中受到很大的启示。

作者简介

《中国保健食品》杂志，是经国家新闻出版团批准、面向全国发行的具有一定的权威性的中国保健食品行业专利。

《中国保健食品》杂志集科学知识、信息咨询、广告宣传、品牌推广、营销策划于一体，内容丰富，图文并茂。

本刊以弘扬传统保健文化、普及保健、养生知识

书籍目录

保健 可用于保健食品的物品名单 既是食品又是药品的物品名单 保健食品禁用物品名单 清宫御膳探奇 话说中国药膳 老幼妇男进补有别 靠医药与靠自己 要想健康长寿,请把观念转变到自我保健方向上来 健身五妙招 胜过“不老药” 清晨生理异常——疾病报告信号 疲劳:现代人的第一号杀手 饮食、运动控制心脑血管疾病 心梗贵在先知先觉 每天坚持五道防线 确保40年高血压没发生中风 哪些人易发生中风? 未雨绸缪防中风 中风后何时做CT 预防中风重点在早晨 老年性痴呆症——不容忽视的问题 老年性痴呆的家庭防护与饮食调理 糖尿病,你知道多少 预防糖尿病的科学方法 肝炎患者的自我保健 胆结石患者应少吃酸性食物 慢性肾炎的膳食 前列腺病不是性病 神经衰弱疗法 跑步跑掉忧郁症 谈补钙 老人腿抽筋,为啥补钙无效 间歇性跛行与治疗 慢性腰痛自治方法 腰椎间盘突出症如何治疗 ... 食疗药膳 食疗药膳祛疾病

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>