

<<科学选择营养保健品>>

图书基本信息

书名：<<科学选择营养保健品>>

13位ISBN编号：9787501958221

10位ISBN编号：750195822X

出版时间：2007-7

出版时间：中国轻工业

作者：陈伟

页数：265

字数：160000

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>

## <<科学选择营养保健品>>

### 内容概要

本书详尽描述了与健康相关的正确观念及专业知识，以谨慎且实事求是的态度面对目前市场上种类繁多的保健食品和健康食品，期望能够起到普及健康知识的目的，更能够约束“胡吹海捧”的保健食品的“宣传攻势”，褪去其“万能疗效”的光环，教给消费者正确选购的方法。并配合一些常见的身体不适症状或表现，针对一些保健食品或健康食品的食疗功效，为消费者提供建议，并为刚开始接触保健品的消费者提供参考。

<<科学选择营养保健品>>

作者简介

陈伟，1995年毕业于青岛大学医学院医学营养系，同年进入北京协和医院担任营养医师，硕士学位，任中国医师协会营养医师专业委员会常委，参加国家“九五”、“十五”课题研究工作，从事临床疾病的营养治疗、大众健康的宣传教育工作。  
主编《糖尿病饮食指南》等多部科普书籍

<<科学选择营养保健品>>

书籍目录

第一篇 保健食品选用常识 为什么需要保健食品？

什么是保健食品？

“保健食品”与“临床药品”在法规上的差别 保健食品与药品在实际作用上的差别 食品的三大功能与保健食品的功效 什么是健康食品？

面对保健食品的困惑第二篇 营养素完全档案 基本型营养素 维生素A (B-胡萝卜素) 糊胡萝卜素 虾红素、玉米黄素、隐黄素 叶黄素 茄红素 维生素D 维生素E 维生素K 维生素B1 维生素B2 维生素B6 维生素B12 叶酸 泛酸 烟酸 生物素 维生素C 锌 钙 铬 硒 铁 镁 其他矿物质 现代保健营养成分 EPA、DHA 肉碱 (左旋肉毒碱) 多酚 卵磷脂 乳酸脂 蛋白质 (乳清蛋白、大豆蛋白) 乳清蛋白 乳铁蛋白.....第三篇 食物营养健康总动员第四篇 预防生活习惯病的营养对策第五篇 强化营养助升免疫力第六篇 阻击亚健康的营养处方第七篇 不同年龄阶段的营养保健食品选择第八篇 选购保健食品时的注意事项

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>