

<<省心的调养是食物>>

图书基本信息

书名：<<省心的调养是食物>>

13位ISBN编号：9787510050558

10位ISBN编号：7510050553

出版时间：2012-10

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>

## <<省心的调养是食物>>

### 内容概要

《省心的调养是食物:老年人饮食指南》主要在营养学的基础上针对老年人饮食方面易出现的问题进行详细论述。

通过对食物成分的科学介绍,提供大量的食物成分数据,让老年人充分了解针对自身身体机能的健康食物。

全书主要分为五大部分,分别介绍了老年人饮食的相关原则、延年益寿的主要食物、饮食的禁忌、特殊病人的食疗知识以及食物搭配禁忌知识。

《省心的调养是食物:老年人饮食指南》旨在优化老年人的饮食结构,从专业的医学角度帮助老年人选择适宜的食物,帮助其增强体质,抗病防病,走上健康之路。

<<省心的调养是食物>>

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>