第一图书网, tushu007.com

<<高血压食疗精粹>>

图书基本信息

书名：<<高血压食疗精粹>>

13位ISBN编号：9787533525859

10位ISBN编号：753352585X

出版时间：2005-5

出版时间：福建科学技术出版社

作者：彭铭泉

页数：124

字数：94000

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

<<高血压食疗精粹>>

内容概要

高血压是一种常见的以体循环动脉血压升高为主的综合征，要引起血管、脑、心、肾等器官的病变。要了解高血压的原因，必须了解什么是血压。
血压是指血液在血管内流动时对血管壁产生的侧压力，用血压计在肱动脉上测得的数值来表示，以毫米汞标柱或千帕为单位。
　本书简要介绍高血压的原因、饮食宜忌、“四因”施膳及其食疗药膳的组成原则和烹饪方法；精选150道适宜高血压的食疗药膳，按烹调方法分类介绍其配方组成、物料选购与保存、制作方法、适应证和功效等，并对其使用注意事项和用法用量作了简要的说明。
为便于读者选择使用，书末还列表说明高血压药膳常用药物、食物的别名、性味功能、用量和注意事项，并介绍药膳基本汤料的制作工艺。

<<高血压食疗精粹>>

书籍目录

一、概述 （一）高血压的原因 （二）高血压患者的食物宜忌 （三）高血压的“四因”施膳 （四）高血压食疗药膳的组成原则 （五）高血压食疗药膳的烹饪方法二、高血压常用药膳 （一）粥饭类 天麻菊花粥 山楂银耳粥 芹菜山楂粥 茯苓黄芪粥 苡仁党参粥 童参山楂粥 人参茯苓粥 枸杞猪腰粥 桑椹猪肝粥 大蒜海参粥 杜仲大米粥 木耳芹菜粥 首乌大米粥 党参山楂粥 苏合菠菜粥 菊花核桃粥 番茄山药粥 红枣海参粥 萝卜海蜇粥 发菜马蹄粥 葛根苡仁粥 番瓜苡仁饭 绿豆煲仔饭 赤豆玉米饭 （二） 面点类 健脾茯苓糕 木香甜凉糕 扁豆红枣包 首乌发馒头 清汤海藻面 枸杞煎蛋面 菟丝油炸饼 核桃山药酥 扁豆核桃饼 三子降脂泥 天冬山药泥 仙茅粟米糊 厚朴芝麻糊……三、高血压药膳常用药物、食物及基本汤料的制作

第一图书网, tushu007.com

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