

<<高血压饮食养生宝典>>

图书基本信息

书名：<<高血压饮食养生宝典>>

13位ISBN编号：9787536954410

10位ISBN编号：7536954417

出版时间：2013-5

出版单位：陕西科学技术出版社

作者：樊蔚虹

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>

<<高血压饮食养生宝典>>

内容概要

本书前两章阐述了高血压病及其基本调养，第三章开始详细介绍了谷类、蔬菜、水果、肉类、水产等以及中草药等成分、营养价值、药物疗效，以帮助高血压患者根据自己的身体状况制定合理的饮食原则。

<<高血压饮食养生宝典>>

作者简介

樊蔚虹(指导专家)，医学学士学位、河南中医学院教授、基础医学院院长，河南中西医结合学会会员，具有全新的医疗服务观念，积极倡导医学模式的改变和创新。
已发表论著10余篇，著名出版科普作品有《糖尿病养生保健百科》、《图说按摩保健大全》等。

<<高血压饮食养生宝典>>

书籍目录

第一章 认识高血压病 什么是血压 正常血压的标准值是多少 家庭自测血压有方法 什么是高血压 高血压的常见症状有哪些 高血压的“三高”和“三低” 高血压的现状 哪些人易患高血压 高血压有哪些危害 如何预防高血压 临界轻型、中度及重度高血压第二章 高血压的基本调养第三章 高血压病食材疗法第四章 高血压自我管理攻略附录

<<高血压饮食养生宝典>>

编辑推荐

饮食作为诱发高血压的一个重要因素，也使其成为治疗高血压最该重视的方面，樊蔚虹编著的《高血
脂饮食养生宝典》前两章阐述了高血压病及其基本调养，第三章开始详细介绍了谷类、蔬菜、水果、
肉类、水产等以及中草药等成分、营养价值、药物疗效，以帮助高血压患者根据自己的身体状况制定
合理的饮食原则，饮食计划，从而达到良好治疗效果，最后一章详细介绍了高血压患者的自己管理攻
略，对于高血压患者大有益处。

<<高血压饮食养生宝典>>

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>