

<<肥胖症的食疗与药膳>>

图书基本信息

书名：<<肥胖症的食疗与药膳>>

13位ISBN编号：9787801577023

10位ISBN编号：7801577027

出版时间：2003年1月1日

出版时间：第1版 (2003年1月1日)

作者：李秀才

页数：252

字数：178000

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>

## <<肥胖症的食疗与药膳>>

### 内容概要

本书是作者根据多年临床经验编写的一本科普读物，共分九章。

第一章和第二章叙述了肥胖症的基础知识以及生活方式与肥胖症的关系。

第三章至第九章是本书重点，分别介绍了肥胖症的天然饮食疗法，药茶及药饮疗法，常用降脂减肥中草药以及治疗肥胖症并发症的常用药膳等。

对于每一首饮食调养方，都详细介绍了其原料、制作及用法、功效及适应证，用于指导肥胖症患者根据自身情况选择不同方剂。

本书内容贴近生活，科学实用，深入浅出，通俗易懂，既可作为肥胖症患者的康复指南，中老年人的生活保健用书，也可供专科医师阅读参考。

## <<肥胖症的食疗与药膳>>

### 书籍目录

第一章 肥胖症的基本知识 第一节 肥胖症的概念 第二节 肥胖症的病因及发病机制 第三节 肥胖症的临床表现及诊断标准 第四节 肥胖症的治疗 第五节 肥胖症的危害及预防第二章 生活方式与肥胖症 第一节 不良饮食与肥胖 第二节 不良生活习惯与肥胖症 第三节 职业、环境、情绪与肥胖 第四节 改变不合理的生活方式是预防和治疗肥胖症的根本措施第三章 肥胖症的饮食疗法 第一节 肥胖症的代谢特点与营养治疗 第二节 常用的几种饮食减肥方法 第三节 肥胖症的中医辨证分型及食疗原则 第四节 肥胖症患者在日常生活中应该注意的事项 第五节 肥胖症患者的日常食谱举例第四章 肥胖症的天然食物疗法 第一节 有减肥作用的蔬菜类天然食物 第二节 有减肥作用的瓜果类 第三节 有减肥作用的粮食食物 第四节 对防治肥胖症有益的禽肉水产类食物 第五节 有益于肥胖症的其他食物第五章 减肥药膳中常用的减肥降脂中草药第六章 防治肥胖症的实用药膳 第一节 药膳的组成、分类、功效以及在防治肥胖症中的作用 第二节 防治肥胖症的实用药粥 第三节 防治肥胖症的药膳汤羹 第四节 防治肥胖症的药膳菜肴 第五节 防治肥胖症的其他菜肴第七章 肥胖症并发症的食疗与药膳 第一节 肥胖症合并高脂血症、动脉粥样硬化和冠心病人的食疗与药膳 第二节 肥胖症合并高血压病的食疗与药膳 第三节 肥胖症合并糖尿病的食疗与药膳 第四节 肥胖症合并脂肪肝的食疗与药膳 第五节 肥胖症合并胆石症的食疗与药膳 第六节 肥胖症合并肝炎的食疗方第八章 特殊类型肥胖症的食疗与药膳 第一节 小儿肥胖症的饮食疗法 第二节 老年肥胖症与饮食治疗 第三节 妇女肥胖症的饮食治疗第九章 肥胖症的饮茶疗法 第一节 茶叶的化学成分与药理作用 第二节 饮茶为什么能够减肥降血脂 第三节 药茶疗法的剂型、分类及功效 第四节 实用降脂减肥药茶验方

<<肥胖症的食疗与药膳>>

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>