

<<饮食>>

图书基本信息

书名：<<饮食>>

13位ISBN编号：9787030131362

10位ISBN编号：7030131363

出版时间：2004-5

出版时间：科学人文出版分社

作者：杨宗蓉

页数：96

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>

## <<饮食>>

### 内容概要

产生过敏体质的因素为遗传、饮食及环境等。

本书针对过敏儿童的身体状况，不但提供了多种菜肴的造型及配色，还收录了许多新知识，并将难以理解的免疫机制以浅显易懂的文字加以说明，对每一个过敏儿童来说，都可借助本书的饮食建议来预防过敏体质的形成和复发，特别是准妈妈们，在怀孕和哺乳期间改善饮食习惯，可以给宝宝的健康打下良好的基础。

<<饮食>>

书籍目录

如何使用本书Part 1 是谁在搞鬼——找出过敏源 过敏是什么 细数过敏症 过敏是从食物过敏开始的 吃  
出免疫力Part 2 远离过敏，从娘胎做起——妈妈篇 预防宝宝过敏，从计划怀孕做起 妈妈，怎么吃？  
怀孕期 健康东方堡 芦笋吐司卷 贵妃牛肉 芷姜鸡片·姜茶 .....Part 3 打造健壮小超人——婴幼  
儿Part 4 成长不能从头来，许我健康的未来——学龄期

## <<饮食>>

### 媒体关注与评论

根据统计，产生过敏的原因有一半来自遗传。  
但藉由本书的饮食及建议，仍然可预防日后过敏体质的现形及复发。  
建议准妈妈在“怀孕与哺乳”期间开始改善饮食习惯，为宝宝健康打下良好的基础，赐给他一个快乐的童年！

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>