

<<营养食疗/家庭保健报二十年精>>

图书基本信息

书名：<<营养食疗/家庭保健报二十年精华系列丛书>>

13位ISBN编号：9787531723929

10位ISBN编号：7531723921

出版时间：2009-7

出版时间：北方文艺出版社

作者：徐彤

页数：150

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>

<<营养食疗/家庭保健报二十年精>>

内容概要

《家庭保健报》面向所有热爱生活、关注健康的家庭，是一份科普性卫生保健报刊，1986年创刊，发行覆盖全国除台湾以外的所有地区，拥有数十万读者。

家庭保健报20多年来，无论是办报质量，还是读者数量，都居卫生保健类报刊前列。

曾先后荣获“全国十佳卫生报纸”和“全国百家优秀报刊”荣誉，稿件数百次被中央电视台新闻频道摘播。

拥有《验方集锦》、《健康热线》、《家庭医生》、《关注老年病》等有较高知名度的名牌版面和栏目，深受读者喜爱。

书籍目录

【食疗药膳】疗病药膳中风药膳老年痴呆症药膳偏头痛药膳慢性肾炎药膳强肾治阳痿药膳老年人夜尿多药膳老年遗尿症药膳尿路感染药膳尿路结石药膳慢性支气管炎药膳止咳药膳支气管哮喘药膳慢性肠炎药膳成人便秘药膳老年人便秘药膳小儿便秘药膳口腔溃疡药膳夜盲症药膳白内障药膳玻璃体混浊药膳化脓性中耳炎药膳甲状腺功能亢进药膳失眠药膳斑秃药膳冠心病药膳肝病药膳糖尿病药膳腰椎间盘突出调养药膳骨质疏松症药膳女性更年期潮热盗汗药膳子宫肌瘤药膳皮肤瘙痒药膳紫癜药膳痤疮药膳老年人慢性胰腺炎药膳胃下垂药膳慢性萎缩性胃炎药膳肥胖症药膳小儿感冒药膳儿童“积食”药膳降血压药膳白血病药膳甲状腺癌药膳结肠癌药膳鼻咽癌药膳食道癌药膳胃癌药膳原发性肝癌药膳原发性肺癌药膳子宫颈癌药膳乳腺癌药膳保健药膳强筋壮骨药膳改善视力药膳调理气虚药膳调理五脏药膳四季养生药膳中老年养生药膳养肝祛火药膳清补药膳养心安神药膳滋阴补阳养生药膳防癌药膳防“春湿”药膳秋季润燥药膳补血养颜药膳防头发早白药膳中小学生特色药膳男性补肾壮阳药膳女性肾阳虚衰药膳【饮食调养】中风患者饮食注意事项糖尿病人宜看指数吃水果预防老年性白内障的饮食帕金森病患者饮食治疗原则更年期头痛饮食有宜忌保护心脏的五个饮食“要诀”尿路感染患者饮食宜忌胃不好的人怎样吃早餐心血管病人的“聪明饮食”胃及十二指肠溃疡的饮食调养痛风病人的饮食宜忌冠心病病人为何要少吃食盐饮食调养可预防痛经肾病患者饮食注意什么癌症病人手术前后的饮食护理肝炎患者为何不宜大量吃糖控制血糖须“固定”饮食眼疾患者的“食疗菜单”痔疮犯了吃些马齿菜【四季食疗】春季食疗春季食补应少酸多甜春天吃哪些野菜能养生春季饮食调养宜分三阶段春季养肝食疗为先适合春季吃的五种食物春季吃笋注意啥春天多吃葱浊气一扫光蒜苗有助消除“春困”夏季食疗夏天该如何吃牛羊肉夏季清热祛火首选豆腐夏季中暑后饮食“五忌”“三伏天”多吃瓜豆能消暑夏天食姜不宜过多饮用淡盐茶可防暑降温夏季饮食不宜“太淡”夏季调补宜食老鸭汤夏末秋初适合吃芒果秋季食疗秋燥“灭火”对症吃喝入秋应“朝盐水晚蜜汤”刚立秋时适宜“清补”秋天吃枣来食疗初秋进补多食莲藕秋季口唇干裂吃点啥孩子秋季吃什么水果好秋季保健益寿的十种药粥秋季进补对症吃鱼老年人秋天少喝鸡汤冬季食疗素食也可以“冬补”冬令补铁钙增强御寒力手脚冰凉喝碗红枣姜汤冬季最适合吃什么水果寒冬适当“吃冷”益健康冬春换季吃什么食物好冬季胃肠不适不宜吃萝卜冬季感冒后别吃香菜冬季嗓子干喝点蜂蜜醋【医食同源】腐竹能预防老年痴呆香油的健康功效健身利病话芹菜番茄的药用价值降压防病多吃猕猴桃佳果良药——柑橘孜然能够驱胃寒茄子西瓜可抗癌老人多吃猪血好处多晨吃三片姜赛过人参汤天然排毒食物巧用调料治小病多吃胡萝卜和菠菜护双眼补肾养胃佳品——糯米黄瓜汁可防脱发平肝明目喝杯菊花茶水果“平补”因人而异常喝石榴汁能防心脏病健康美味话蘑菇五彩豆子营养多多水果皮营养大揭秘核桃食疗对号入座想防癌吃甘薯滋补佳品——山药巧用鸡肉变“鸡药”饮食防病宜吃“黑”口角发炎多吃黄豆芽巧选水果防便秘【专家谈营养】老年人预防眼病从“吃”开始七种蔬菜降血糖消瘦型糖尿病患者饮食指导糖尿病合并高血压者饮食宝典肾功能不全患者饮食注意什么专家为您详解：世界卫生组织推荐的最佳食品榜转基因食品吃还是不吃让八大不安全食物远离餐桌常吃水果为何还缺乏维生素C牛奶的“黄金搭档”24小时中的最佳饮食时间一日三餐吃什么油买酸奶，您了解这些益生菌吗能够催人入眠的食物喝豆浆别走入误区

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>