

<<家庭护肝保健食疗新理念>>

图书基本信息

书名：<<家庭护肝保健食疗新理念>>

13位ISBN编号：9787801217592

10位ISBN编号：7801217594

出版时间：2006-4

出版时间：金盾出版社

作者：王永怡

页数：316

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>

<<家庭护肝保健食疗新理念>>

内容概要

《家庭护肝保健食疗新理念》共分护肝饮食调养的基本知识，家常食物的保肝食疗作用，病毒性肝炎患者治疗的新理念及饮食调养原则和药膳食疗处方，脂肪肝、酒精肝、药物肝防治的新理念和药膳食疗4部分。

是作者对护肝保健知识的整理与探索，从中西合璧的角度，以一种新理念来指导患有肝脏疾病的患者进行养肝、护肝。

每一部分都以问答的形式来书写，浅显易懂，是一本家庭护肝保健的必备手册。

<<家庭护肝保健食疗新理念>>

作者简介

王永怡教授系解放军第302医院原感染内科、门诊、主任医师、教授，传染病防治专家、北京名医。毕业于北京医学院，并在上海医科大学、华山医院专修内科感染病及抗生素结业。已从事传染病专业医、教、研工作45年。现任国家级杂志《传染病信息》杂志社主编。擅长诊治各种肝病

<<家庭护肝保健食疗新理念>>

书籍目录

- 护肝饮食调养的基本知识 1. 为什么说“健康四基石，膳食最重要”？
2. 护养肝脏、防治肝病，膳食也是基础吗？
 3. 食疗在肝病自我疗养中起什么作用？
 4. 肝病饮食疗养时应明确哪些基本观念？
 5. 肝病饮食疗法的现代观念是什么？
 6. 肝病饮食也应该讲究文化观念吗？
 7. 为什么说食品选用与保健密切相关？
 8. 人体免疫防御为什么离不开营养支持？
 9. 人体保健免疫因子具有会么神奇功能？
 10. 过敏及自身免疫病的根源与营养有关吗？
 11. 均衡的膳食营养对人体免疫防病有什么影响？
 12. 营养免疫说是饮食养生，减病去灾、健康人生的新理念吗？
 13. 如何从饮食中“吃出”健康长寿来？
 14. 什么是均衡饮食金字塔？
 15. 食物在人体内是怎样被消化利用的？
 16. 何谓食物的“性” 17. 如何理解中国菜系是美味享受与性味养生的统一体？
 18. 肝脏与四季、五味有关吗？
 19. 食物的五味对人体有何影响？
 20. 香味能增进食欲，消除疲劳吗？
 21. 饮食要品味，更要讲究营养和功能吗？
 22. 为什么要提倡荤素食搭配着吃？
 23. 荤素食物搭配有什么新观念？
 24. 酸性和碱性食物如何搭配？
 25. 如何注意食物间的相克作用？
 26. 蛋白质是保肝养肝的物质基础，应如何合理食用？
 27. 肝脏病组织修复和肝细胞再生应吃什么样的蛋白质？
 28. 肝病患者为何应选吃五光十色的蔬菜？
 29. 肝病患者为何要多吃蔬菜？
 30. 吃蔬菜如何能获得好营养？
 31. 为提高肝病患者对营养素的利用率，烹调时应注意什么？
 32. 常吃的蔬菜中哪几种有毒？
 33. 清除减少蔬菜上的残留农药有哪些方法？
 34. 如何使瓜果蔬菜洗得干净，吃得放心？
 35. 烹饪蔬菜如何才能色香味美又确何营养？
 36. 美食为何亦无味？
 37. 你熟悉中国饮食养生保健的谚语吗？
 38. 如何吃出聪明的大脑来？
 39. 工薪阶层的肝病患者如何吃出：“效益”来？
 40. 祖国医学中如何注意四季饮食调养？
 41. 何谓“春夏养阳，秋冬养阴”？
 42. 夏日喝哪些粥和配膳能帮助保肝消暑养颜？
 43. 夏季喝冷饮切忌什么？
 44. 哪些是适合秋季养生的饮食？
-家常食物的保肝食疗作用病毒性肝炎患者治疗的新理念，饮食调养原则和药膳食疗处方脂肪肝、酒精肝、药物肝防治的新理念和药膳食疗

<<家庭护肝保健食疗新理念>>

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>