

图书基本信息

书名：<<冠心病.常见慢性病营养配餐与食疗>>

13位ISBN编号：9787117050784

10位ISBN编号：7117050780

出版时间：2003-5

出版时间：人民卫生出版社

作者：刘正才

页数：276

字数：105000

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>

内容概要

随着现代化的日益发展,相伴而来的现代文明病、富贵病也逐渐增多。

这些慢性疑难病,对医学现代化提出了更高的要求。

我认为医学现代化并非单指设备仪器的现代化,而是要有现代化的新思维和治好病的科学方法。

中医几千年的“整体观”即宏观与西医的“微观”互补,就是现代化的思维方法。

运用新的思维方法治好疾病,养好身体就是科学方法,应当是以能否收到实效为衡量标准。

治病健身不单是医生的事,患者自己应主动地负起责任。

有些病是“气”出来的,也有些病是“吃”出来的。

因此,我们不仅要注意调整好自己的心态平衡,还应该学会“吃”的科学。

这套书就是运用新的思维方法专门讲“吃”的学问。

既讲天天要吃的营养配餐,又介绍防病治病的营养成分和食疗成分。

尤其根据中医“药食同源”、“阴阳平衡”的理论,强调人与自然的协调平衡,全身脏腑的阴阳平衡;又注重微观上针对具体病变的调治。

这套书将中、西医食疗与药膳知识合为一体,融知识性、趣味性、实用性、科学性于一炉,为现代慢性病的防治提供了行之有效的思维方法和食方,必将为广大读者、中老年朋友的健康造福。

书中详细介绍了80余种菜肴的烹饪方法,分析了40余种食物能防治冠心病的科学道理。

本书除了要求冠心病患者平时注意科学合理的膳食外,还着重介绍了对冠心病有治疗作用或辅助治疗作用的82个食疗方(含药膳)。

其中有治疗引起冠心病的高粘血症、高脂血症的食疗药膳方18首,治心绞痛、心律不齐的食疗药膳方49首,治心肌梗死的食疗药膳方15首。

并一一介绍了配方、烹制方法、吃法、主治、禁忌,尤其详尽地分析了每个方能治病的科学道理;有营养成份和药效成分的分析;有吃后获效的病例;有实验根据和国内外最新研究成果。

注重了所选方的实用性和疗效的可靠性。

书籍目录

什么是冠心病营养配餐 一日食谱 早餐 午餐 晚餐 注意事项 冠心病营养配餐原则 一周食谱 一周食谱表 烹饪方法 注意事项 食谱中有利于冠心病的食物 四季配餐 春季营养配餐 药膳制作 1.辣椒生姜汤 2.红椒苹果汤 3.菠菜猪肝汤 4.薄荷双花饮 5.凉拌蕺菜 夏季营养配餐 药膳制作 6.芦根蜜饮 7.五汁饮 8.三花玉麦酸梅汤 9.四叶清暑茶 10.荷叶粥 11.瓜皮绿豆粳米粥 12.三豆饮 秋季营养配餐 药膳制作 13.凉拌马齿苋 季营养配餐 药膳制作 注意事项 四季配餐食物的功效按体质配餐 阴阳平衡型体质 木火型体质 药膳制作 寒水型体质 药膳制作 痰湿型体质 药膳制作 注意事项 体质的自我判断与食物对体质的作用 食疗方 高脂血症(含高粘血症) 食疗方 心绞痛、心律不齐食疗方 心肌梗死食疗方 药膳效方 心绞痛药膳效方 冠心病心律不齐药膳效方 心肌梗死药膳效方 高脂血症药膳效方

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>