

<<性功能障碍>>

图书基本信息

书名：<<性功能障碍>>

13位ISBN编号：9787117073318

10位ISBN编号：7117073314

出版时间：2006-1

出版时间：人卫

作者：姚呈虹

页数：110

字数：147000

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>

<<性功能障碍>>

内容概要

性功能障碍，男女都有，本书专指成年男子性功能障碍。

性功能障碍，主要指阴茎勃起功能障碍即阳痿。

还包括早泄、遗精、滑精以及性欲低下、不育等病症。

性功能障碍的原因很多，有心理精神因素，有慢性疾病如糖尿病、高脂血症、肥胖症、高血压、前列腺疾病等等都可引起，老年人除慢性病外，还有生殖系统的老化退化。

本书集古今中外专家以及民间的经验，为性功能障碍患者提供100个营养美味配餐和彩色图谱，详细介绍每个食品的配料、做法、吃法和有半的营养保健知识；为便于日常食用，还制定了“一周配餐表”，并收集了防治性功能障碍的简便、有效的单方。

让人一看就感兴趣，一读就有信心，一吃就可能解决问题。

<<性功能障碍>>

书籍目录

第一部分 性功能障碍患者饮食调养的常识与技巧 1.饮食调养原则 2.最佳调养食品 3.生活方式注意事项 4.饮食误区与禁忌第二部分 性功能障碍患者营养美味配餐 一 菜肴类 1. 莲百烧肉 2. 木耳笋肉片 3. 鱼香肝片 4. 韭黄猪腰 5. 苦瓜炒猪肾 6. 荷叶粉蒸肉 7. 龙马童子难 8. 硫元素鸡 9. 银杏鸡茸 10. 鸡丁白果 11. 鸡丝豆芽 12. 木耳炒鸡片 13. 凤雏板栗 14. 蒸仔公鸡 15. 田七乌骨鸡 16. 鸡酥肉烧冬瓜 17. 巴戟鸡肠 18. 魔芋烧鸭 19. 虫草老鸭 20. 两红一白 21. 枸杞牛肉片..... 二 汤羹类 三 粥类 四 其他第三部分 性功能障碍患者-周配餐表第四部分 性功能障碍患者常用食疗单方

<<性功能障碍>>

章节摘录

书摘1.莲百烧肉 功效：养血宁心 原料：莲白60克，百合15克，猪瘦肉250克，橄榄油15克，酱油、生姜适量。

做法：(1)将瘦猪肉洗净切小块，莲白、百合淘洗后沥干；(2)将锅中橄榄油烧热，下姜粒炒香，推入猪肉块炒变色，下莲白、百合、酱油炒匀，烧至肉熟软即成。

适用人群及吃法； 适用人群及吃法： 适宜于心情紧张，心绪不宁的阳痿、早泄之人常吃。

佐餐食用。

配餐禁忌： 莲白、百合忌配辣椒、胡椒等辛热调料，因会使人烦躁。

阳痿，指阴茎勃起障碍。

青年男子阳痿主要是心情紧张引起的。

百合，夫妻百年好合。

百合忌用鲜品，圆鲜百合含秋水仙碱，有毒。

2.木耳笋肉片 功效：化脂通脉。

原料：黑木耳20克，青笋50克，瘦猪肉200克，大蒜、生姜、橄榄油、食盐适量。

做法：(1)将黑木耳温水发涨，青笋茎去粗皮切成片，猪瘦肉洗净后切片，蒜、姜切成粒；(2)用湿淀粉拌匀肉片，待锅中橄榄油烧热后下肉片炒至半熟，再下木耳、姜蒜、笋丝、食盐，炒熟即成。

吃法： 适宜于血脂高，动脉粥样硬化的中老年阳痿，佐餐食用。

配餐禁忌： 黑木耳忌与田螺肉相配，可引起腹泻、消化不良。

瘦肉与木耳、姜、蒜桐配，能降血脂胆固醇。

炒时宜大火快炒，肉才鲜嫩。

切忌久煮。

P6-7插图

<<性功能障碍>>

媒体关注与评论

书评中医讲“药食同源”，也就是人们常说的“药补不如食补，药疗不如食疗”，这是中华五千年文明史典型的经验总结。

本系列丛书选择了18种常见慢性疾病，对每种疾病的饮食调养原则与技巧、最佳调养食品、生活方式与注意事项、饮食误区与禁忌分别作了详细阐述。

每种疾病精选了100个营养美味配餐图谱供读者选用。

对每道配餐的功效、原料、做法、适用人群及吃法、最佳配餐或禁忌分别作了简要说明，用健康小贴士的方式提供了特色鲜明的营养科学知识或烹饪技术，每本书最后还编制了一周配餐表和30余种简便易做的食疗单方。

这套丛书紧扣时代脉搏，融知识性、实用性、科学性、趣味性为一体，为现代慢性疾病的防治提供了行之有效的思维方法和食疗知识及相关食品家庭制作技巧。

本书必将为常见慢性疾病患者早日康复造福，为患者家属和热心读者喜爱。

<<性功能障碍>>

编辑推荐

本书简要介绍了性功能障碍症饮食调养原则，收集了100个饮食配餐，简要介绍了每道菜的功效、原料、做法、适用人群、吃法及有关禁忌并列出一周配餐表，还收集了单方。本书语言通俗易懂，图文并茂，紧扣时代脉搏，融知识性、实用性、科学性、趣味性为一体，为现代慢性疾病的防治提供了行之有效的思维方法和食料知识及相关食品家庭制作技巧。可供性功能障碍患者及其家属、社区医生、营养师参考阅读。

<<性功能障碍>>

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>