

<<老年健康饮食督导>>

图书基本信息

书名：<<老年健康饮食督导>>

13位ISBN编号：9787209031455

10位ISBN编号：7209031456

出版时间：2003-4

出版时间：山东人民出版社

作者：张晓曼,赵长峰

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>

<<老年健康饮食督导>>

内容概要

第二人生丛书。

本书以老年人熟悉的生活事例，深入浅出地讲述科学的养生知识，有针对性地为老年人提供常用法律咨询，积极地倡导科学健身，全方位地开拓老有所为天地，循序渐进地讲授心理调适以及饮食营养科学知识。

<<老年健康饮食督导>>

书籍目录

绪言

一、科学饮食 百姓话题

1 营养学研究的热点课题

2 食品新科技讲座

3 健康攸关话食品安全

二、合理营养 健康时尚

1 膳食营养素是构筑健康的基石

2 食物营养价值各有千秋

3 营养素之间要平衡

.....

三、营养治疗 祛病强身

1 营养治疗是疾病的综合治疗法之一

2 老年人常见疾病的饮食营养防治

四、中医食疗 养生保健

1 具有中国特色的中医营养学

2 老年人常见疾病的中医食疗

附录一 中国居民膳食营养素参考摄入量

附录二 简编食物成分表

后记

<<老年健康饮食督导>>

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>