

<<滋补养肾吃什么>>

图书基本信息

书名：<<滋补养肾吃什么>>

13位ISBN编号：9787535756862

10位ISBN编号：7535756867

出版时间：2009-6

出版时间：湖南科技出版社

作者：北京食物养生图解研究组 编

页数：8

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>

<<滋补养肾吃什么>>

内容概要

中医认为，肾为先天之本、生命之源。

肾病患者在饮食方面，应当多吃一些黑色食物（黑色食物一般富含微量元素和维生素），比如黑米、黑豆、黑芝麻；多吃一些味咸的食物，如海带、海蜇、紫菜、甲鱼、虾等，具有补肾壮阳的作用；多吃一些凉性食物，如莲子、萝卜、松花蛋、梨、藕等；多吃蔬菜，如胡萝卜、菠菜、白菜、山药等。本图解选择了水果、蔬菜、豆类、谷物及水产等58种食材，从滋补养肾功效、每日用量、食用宜忌、食疗妙方4个方面全面进行解析，希望能帮助肾病患者在享受关食的同时，有效地控制病情，战胜病痛。

<<滋补养肾吃什么>>

书籍目录

1 荠菜2 韭菜3 山药4 葵菜5 猪肉6 猪肾7 羊肾8 羊骨9 牛骨髓10 狗肉11 驴肉12 鹿肉13 鸡肉14 鸭肉15 鸽肉16 鹌鹑肉17 麻雀肉18 鸡蛋19 麻雀蛋20 鲈鱼.....

<<滋补养肾吃什么>>

章节摘录

插图：

<<滋补养肾吃什么>>

编辑推荐

《滋补养肾吃什么》由湖南科学技术出版社出版。

<<滋补养肾吃什么>>

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>