

<<家庭食疗>>

图书基本信息

书名：<<家庭食疗>>

13位ISBN编号：9787807230502

10位ISBN编号：7807230509

出版时间：2005年6月第1版

出版时间：远方出版社

作者：程思雨

页数：302

字数：4800000

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>

<<家庭食疗>>

内容概要

日常生活中，人们在注重科学膳食的同时，更应注重饮食搭配、食物相克及饮食宜忌。人们在生病或身体不适的时候，更需要了解食物和药物的性质，掌握食物与药物之间的相克机理，避免因饮食或服药不当而延误甚至加重病情。

药物或食物相克，是指药物与食物之间，药物与药物之间，食物与食物之间存在着相互拮抗、相互制约的关系。

如果搭配不当，就会引起中毒或不适应反应，这些反应大多呈慢性过程，往往在人体消化吸收和代谢过程中，降低药物或营养物质的利用率，从而导致营养缺乏，代谢失常，产生疾病或加重病情。

为了满足人们日常生活的实际需求，提高人们的科学饮食观，编写了《食物·药物相克与饮食禁忌》一书，以期能对你的生活有所助益。

<<家庭食疗>>

书籍目录

第一章 食物与相关食物相克 第一节 畜禽肉类与相关食物相克 1猪肉 2猪肝 3牛肉 4羊肉 5羊肝 6羊肚 7马肉 8狗肉 9兔肉 10鸡肉 11鸭肉 12野鸡肉 13鹌鹑肉 14雀肉 第二节 水产、鱼类与相关食物相克 1鲫鱼 2鲤鱼 3黄鱼 4鳊鱼 5鳗鱼 6虾 7田螺 8蟹 9鳖肉 第三节 蛋、奶类与相关食物相克 1鸡蛋 2牛奶 第四节 蔬菜类与相关食物相克 1葱 2蒜 3韭菜 4芥菜 5茺荑 6芹菜 7辣椒 8黄瓜 9南瓜 10萝卜 11菠菜 12茄 13竹笋 14莴苣 15胡萝卜 16花生仁 第五节 水果类与相关食物相克 1李 2梨 3柑、橘 4山楂 5柿第二章 常见中药与相关食物相克第三章 常见西药与中西药相克第四章 食物与器皿相克第五章 体质与忌口第六章 常见疾病与饮食及药物相克第七章 营养素与食物协同

<<家庭食疗>>

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>