第一图书网, tushu007.com

<<家庭菜疗>>

图书基本信息

书名：<<家庭菜疗>>

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

第一图书网, tushu007.com

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。

第一图书网, tushu007.com

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 鳝鱼 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 芫荽 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

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