

<<贫血饮食与保健>>

图书基本信息

书名：<<贫血饮食与保健>>

13位ISBN编号：9787807284789

10位ISBN编号：7807284781

出版时间：2006-12

出版时间：广东经济出版社有限公

作者：陈敏

页数：95

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>

<<贫血饮食与保健>>

内容概要

肠胃健康是人们享受快乐饮食的基础。近年来，人们患肠胃病的数量在急剧上升，肠胃病已经警钟长鸣。面对肠胃病给人们带来的不便和痛苦，我们向大家推荐《肠胃病饮食与保健》一书，号召读者积极行动起来，战胜肠胃病。

<<贫血饮食与保健>>

书籍目录

第一章 蒙见肠胃病的症状急性胃炎慢性胃炎几种常见胃部不适的症状便秘的类型及其原因引起腹泻的三种类型第二章 如何确保肠胃健康“好细菌”就是双歧杆菌食用酸奶与腹部按摩——消除便秘的建议家庭宜备急用药箱胃肠患者服药要慎重消化道溃疡日常护理要点运动疗法的注意事项有益胃肠的按摩法刺激脚心有利胃肠健康第三章 肠胃病的饮食要点胃肠病患者需要补充哪些营养适宜食物简介胃肠卫士——几种特殊的食物胃肠病患者饮食搭配禁忌养成规律饮食的好习惯酗酒对胃肠的危害容易诱发胃癌的几类食物第四章 肠胃病患者的日常食疗腹泻患者的食物糯米栗子芡实山药莲子胡椒乌梅苋菜生姜扁豆 / 苹果 / 乌骨鸡 / 荔枝 / 石榴荷叶 / 榛子 / 马齿苋花椒 / 肉桂 / 鹤鹑草莓 / 无花果 / 人参蚕豆 / 茶叶 / 金樱子腹泻忌食食物便秘患者的食物芋头红薯芝麻香蕉牛奶蜂蜜土豆南瓜核桃便秘忌食物品胃痛患者的食物羊肉鸭肉砂仁生姜鲫鱼狗肉猪肚豆腐西米胃痛忌食物品

<<贫血饮食与保健>>

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>