

<<餐桌上的奇妙世界>>

图书基本信息

书名：<<餐桌上的奇妙世界>>

13位ISBN编号：9787811165692

10位ISBN编号：7811165694

出版时间：2008-1

出版时间：北京大学医学出版社

作者：李勇

页数：204

字数：133000

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>

## <<餐桌上的奇妙世界>>

### 内容概要

中华民族立体营养支持科普系列丛书被评为国家“十一五”重点图书，参编人员均是具有多年相关领域工作经验的专家学者，他们将中国百姓关心的营养与健康问题结合自身的研究经验和成果进行解答和分析，并为百姓健康提供有益的指导。

本套丛书的内容主要包括：各种重要营养素(如矿物质、维生素)与健康的关系，核酸与基因营养，不同年龄段人群的特殊营养需求和营养支持，主要“文明病”(如糖尿病、肥胖、高脂血症、慢性疲劳综合征)的膳食营养因素及非药物治疗，心理行为营养与健康，运动营养与健康，膳食美容与延缓衰老，循证医学解读营养与食品的误区，特殊病理条件(如肿瘤、艾滋病)下的营养指导，以及传统医学药食同源对于健康的指导作用等。

吃饭是再平常不过的事，然而人类通过漫长的历程才从“吃饱求生存”发展到懂得“吃好求健康”。我们衷心希望本套丛书能够对中国国民的营养状况和健康维护起到科学的指导作用。

## <<餐桌上的奇妙世界>>

### 书籍目录

#### 上篇 生物活性肽——21世纪的健康宠儿

##### 第一章 肽—蛋白质的三度深开发

- 1 蛋白质、肽和氨基酸
- 2 肽，能被人体直接吸收吗？
- 3 肽是在人体哪个器官里被吸收的呢？
- 4 影响肽吸收的因素又有哪些呢？

##### 第二章 走进生物活性肽的世界

- 1 生物活性肽
- 2 如何将生物活性肽按功能进行分类？
- 3 生理活性肽到底具有什么样的生理活性？
- 4 食品感官肽都有哪些？如何进一步分类？
- 5 生物活性肽按原材料如何进行分类？
- 6 海洋生物活性肽都有哪些？其研究现状如何？
- 7 陆地生物活性肽又有哪些呢？

#### 下篇 从营养学的角度看“生物活性肽”

##### 第一章 抗氧化的营养品——生物活性肽

- 1 保健食品中“抗氧化”与“延缓衰老”功能一样吗？
- 2 具有抗氧化功能的食物有哪些呢？
- 3 “抗氧化肽”好在哪里？天然的抗氧化肽多吗？
- 4 什么是谷胱甘肽？它的“益处”多在哪儿呢？
- 5 什么是灵芝肽？
- 6 您知道具有抗氧化功能的海洋胶原肽吗？
- 7 扇贝好吃，它能抗氧化吗？
- 8 我们常喝的奶类中有什么“好”的肽吗？
- 9 抗氧化肽为什么能预防疾病呢？
- 10 为什么说抗氧化肽在保健食品中的发展前景很好呢？

##### 第二章 营养中的精华——免疫调节肽

- 1 什么是增强免疫力保健食品？
- 2 免疫系统——人体的守护神
- 3 免疫之星——活性肽
- 4 来自“微生物”的免疫调节肽有哪些呢？
- 5 胞壁酰二肽如何提高身体对疾病的抵抗力？
- 6 我们能从枸杞中获得免疫调节肽吗？
- 7 枸杞虽好，非人人宜食
- 8 大豆活性肽的优点是什么呢？
- 9 牛奶中的酪蛋白能提高我们的免疫力吗？

.....

<<餐桌上的奇妙世界>>

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>