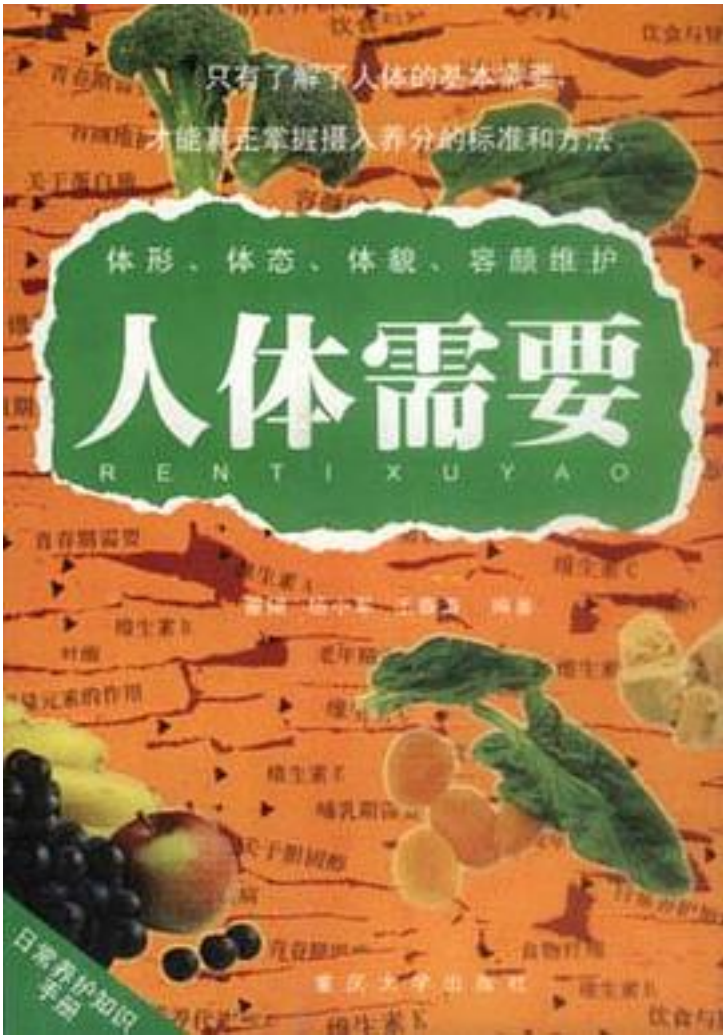


人体需要



[人体需要_下载链接1](#)

著者:翟飏等

出版者:重庆大学出版社

出版时间:2001-09

装帧:平装

isbn:9787562423140

作者介绍:

目录: 第1部分人体的基本营养素

蛋白质

什么是蛋白质

蛋白质的种类

蛋白质的生理功能

蛋白质的消化与吸收

人体对蛋白质的利用

蛋白质的需求与来源

脂肪

什么是脂肪

脂肪的生理功能

脂肪的营养价值

脂肪的吸收与代谢

关于胆固醇

脂肪的需求与来源

碳水化合物

什么是碳水化合物

碳水化合物的生理功能

有关食物纤维

碳水化合物的消化、吸收与代谢

维生素

维生素A及其生理功能

维生素A的吸收与人体需要

维生素D与人体吸收

维生素D的生理功用与缺乏症

维生素D的需求与过多症

维生素E及其生理功能

维生素K及其生理功能

维生素B1及其生理功能

维生素B2及其生理功能

维生素B6及其生理功能

维生素PP及其生理功能

维生素C的主理功能及缺乏症

叶酸及其生理功能

维生素B12及其生理功能

泛酸及其生理功用

矿物质与微量元素

钙的生理功能及人体需要

磷的生理功能及人体需要

钠的生理功能及人体需要

钾的生理功能及人体需要

铁的生理功能及人体需要

硫的生理功能及人体需要

镁的生理功能及人体需要

锌的生理功能及人体需要

铜的生理功能及人体需要

碘的生理功能及人体需要

硒的生理功能及人体需要

锰的生理功能及人体需要

铬的主理功能及人体需要

钼的生理功能及人体需要

钴的生理功能及人体需要
氟的生理功能及人体需要
水
体内水的分布及生理功能
人体对水的需要与排出
.....
· · · · · (收起)

[人体需要_下载链接1_](#)

标签

养生

Dr.F

评论

[人体需要_下载链接1_](#)

书评

[人体需要_下载链接1_](#)