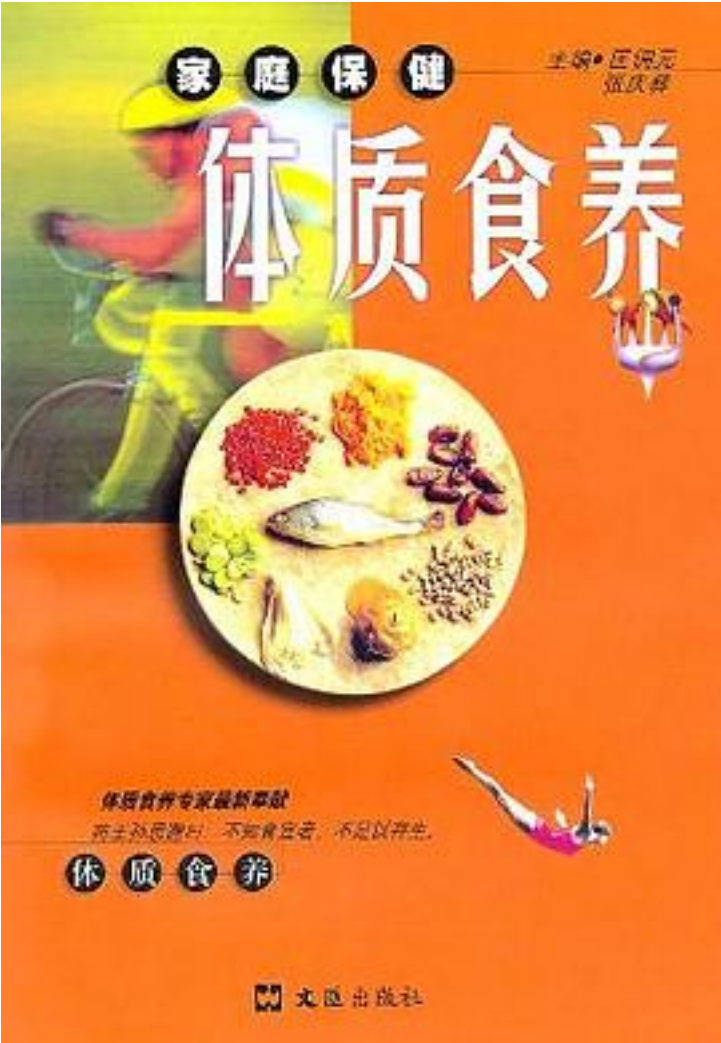


家庭保健体质食养



[家庭保健体质食养_下载链接1](#)

著者:[[看更多书摘](#)]

出版者:文汇出版社

出版时间:2001-10

装帧:精装

isbn:9787805318981

体质食疗学代表着中华传统饮食文化在20世纪末的新发展，不能把它锁在科学研究的象牙塔里，而应通过大众媒介将其广泛介绍，做到家喻户晓，然后应用到每个人的餐桌上，真正做到辨体质论饮食。饮食养生，以达到增强体质，防病治病，延年益寿的目的，本书就是在这方面的有效探索。

作者介绍:

目录: 1.序
2.编写说明
3.上篇 体质与饮食及健康的关系
第一章 人类体质分型
第二章 关于体质食养
第三章 科学饮食新概念
4.下篇 体质食养食物分类
第四章 燥红质适宜食物
.....
5.附录一 主要食物性分类
6.附录二 部分食物胆固醇含量
7.附录三 部分食物蛋白质含量
8.附录四 卫生部公布的既是食品又是药品品种名单
9.附录五 食物分类索引
10.附录六 主要参考
· · · · · · ([收起](#))

[家庭保健体质食养_下载链接1](#)

标签

评论

[家庭保健体质食养_下载链接1](#)

书评

[家庭保健体质食养_下载链接1](#)