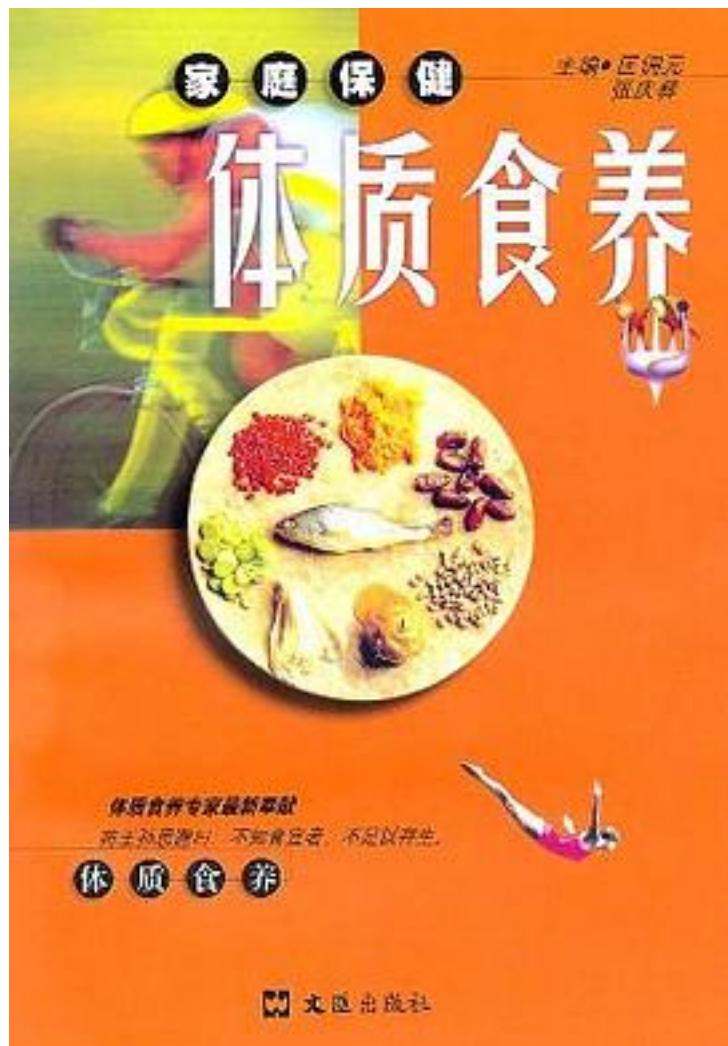


# 家庭保健体质食养



[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，不能把它锁在科学的研究的象牙塔里，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](#)