

# 老年营养与抗衰老



[老年营养与抗衰老 下载链接1](#)

著者:王建威

出版者:上海科学技术文献出版社

出版时间:2000-3-1

装帧:精装(无盘)

isbn:9787543915244

老龄化，是世界人口发展的新趋势。据知，联合国人口预测，到2050年，世界上几乎有3.7亿人口为80岁以上的老人。因此，对人群老龄化的研究、对老年人的关怀和照顾、不断地满足老年人越来越多的各种需要，已成为全世界密切注意的问题。也是生命科学家、营养学界极为重要的研究课题。让老年人健康长寿安度晚年，不但是人道主义的考虑，更重要的是对历史的肯定，对人类经验财富的保护。全书共分7章，分别为人类的健康与长寿、老龄营养与衰老、营养与肥胖--膳食科学膳食的平衡、21世纪的饮用水、矿物质的必要性和摄取量、保健食品、营养与烹饪等内容。

作者介绍:

目录: 第一章 人类的健康与长寿

第二章 老龄营养与衰老

第三章 营养与肥胖——膳食科学、膳食的平衡

第四章 21世纪的饮用水

第五章 矿物质的必要性和摄取量

第六章 保健食品

第七章 营养与烹饪

· · · · · (收起)

[老年营养与抗衰老](#) [下载链接1](#)

标签

评论

---

[老年营养与抗衰老](#) [下载链接1](#)

书评

---

[老年营养与抗衰老](#) [下载链接1](#)