

# 老年进补与食品保健



[老年进补与食品保健\\_下载链接1](#)

著者:范青生

出版者:

出版时间:2002-1-1

装帧:精装(无盘)

isbn:9787539020082

作者介绍:

目录: 第一篇 老年生理变化篇

一、老年代谢的变化特点

.....

第二篇 老年营养素进补篇

一、认识营养

二、老年人对各种营养素的需求  
.....  
第三篇 食物进补篇  
一、老年食补的原则  
.....  
第四篇 药膳进补篇  
一、药膳概述  
.....  
第五篇 保健食品进补篇  
一、保健食品概述  
.....  
第六篇 防癌进补篇  
一、膳食营养与癌症  
.....  
第七篇 抗衰老进补篇  
一、自由基与抗氧化物质  
.....  
· · · · · (收起)

[老年进补与食品保健\\_下载链接1](#)

标签

评论

-----

[老年进补与食品保健\\_下载链接1](#)

书评

-----

[老年进补与食品保健\\_下载链接1](#)