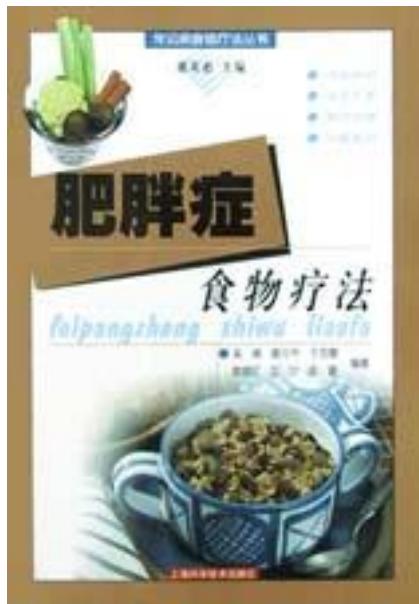


肥胖症食物疗法



[肥胖症食物疗法_下载链接1](#)

著者:谢英彪

出版者:上海科学技术出版社

出版时间:2003-1-1

装帧:平装(无盘)

isbn:9787532366675

本书介绍了37种常用减肥药物以及肥胖症食疗方400余款。每款食疗方分别介绍原料、制法、吃法、功效等。每款食疗方取材方便、制作简单、口感良好、疗效确切、安全可靠，适合广大患者选用。

本书内容丰富，方法实用，文字通俗，既适合广大肥胖症患者及家属阅读，也是城乡医务人员、营养师的理想参考书。

作者介绍:

目录: 一、概述

1 什么叫肥胖症
2 肥胖症的原因
3 肥胖症的危害
4 肥胖症的饮食原则

二、防治肥胖症的常用食物及药食两用之品

1 茶叶
2 绿豆
3 薏苡仁
4 赤小豆
.....

三、肥胖症食疗方

- (一) 五谷杂粮类
 - (二) 蔬菜类
 - (三) 食用菌类
 - (四) 豆类及豆制品
- • • • (收起)

[肥胖症食物疗法](#) [下载链接1](#)

标签

评论

[肥胖症食物疗法](#) [下载链接1](#)

书评

[肥胖症食物疗法](#) [下载链接1](#)