

腰腿关节痛食疗



[腰腿关节痛食疗_下载链接1](#)

著者:黎照环

出版者:福建科学技术出版社

出版时间:2002-10-1

装帧:平装(无盘)

isbn:9787533520649

编辑推荐：城市人食疗系列。

各种都市流行病影响健康，本书用中西医结合的方法，从科学角度提供数十款卓有疗效的食疗食谱。

慢性腰腿痛有六大发病原因：单纯补钙无助改善骨质、“风湿”与“类风湿”不同、防治痛风七项饮食原则、牛大力煲猪尾骨治腰肌劳损、外治内服结合治疗退行性关节炎、黑将军战牛魔王汤治腰痛……

作者介绍:

目录:一 常识篇

- 1 慢性腰腿痛原因多
- 2 怎样认识慢性腰腿痛
- 3 骨质疏松症
- 4 老年性骨质疏松症
- 5 腰椎骨质增生症

6 风湿与类风湿

7 痛风

.....

二 食疗篇

1 猪脚姜醋甜汤

2 栗子花生炖猪蹄

3 凉粉草粉葛汤

4 碎补狗脊煲猪腰

5 猪腰煲杜仲

6 韭菜猪腰肉片汤

.....

• • • • • (收起)

[腰腿关节痛食疗 下载链接1](#)

标签

评论

[腰腿关节痛食疗 下载链接1](#)

书评

[腰腿关节痛食疗 下载链接1](#)