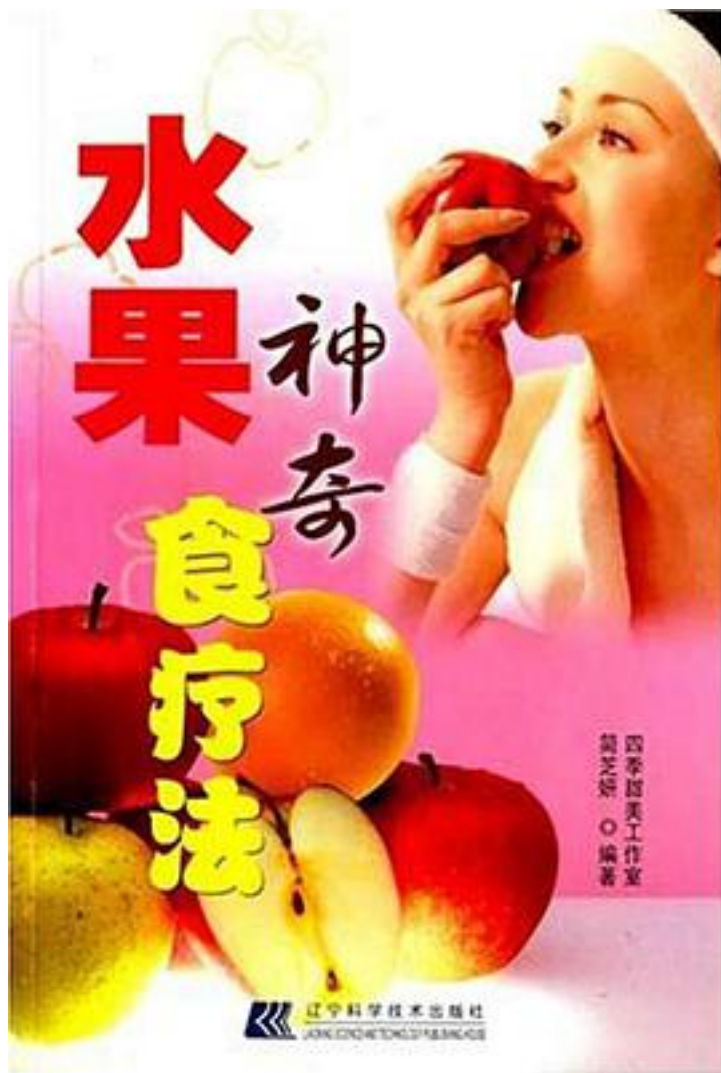


水果神奇食疗法



[水果神奇食疗法_下载链接1](#)

著者:简芝妍

出版者:辽宁科学技术出版社

出版时间:2005-1-1

装帧:平装(无盘)

isbn:9787538142815

水果可以说是大家最喜爱与容易接受的食物，水果不仅是三餐之外的营养补充食物，而且由于营养丰富，有时更可作为代餐或是辅佐三餐的营养来源，扮演着重要的副食品角色。

本书便是从水果的医疗角度出发，试图向读者介绍生活中的各种病症，可以通过各种可口的水果烹调，来得到舒缓与治疗，以水果来治疗生活中的病症不仅经济实惠，同时也非常可口，还可以融入三餐的菜单设计中，让你一天的三餐都充满着健康气息，符合治疗的实际需求。

我们将针对慢性病如高血压、糖尿病、心脏病等病症，介绍了每日饮食的调理之方，即运用水果的烹调，找出最温和的方式。并从生活中的各种如感冒、头痛、消化不良、牙龈出血、失眠、便秘、醉酒等症状入手，帮助你运用水果的小食谱，协助自己度过小病的不适。

书中列举水果的烹调方式简单便利，而且取材容易，花费也不高，若你早已厌倦了难以入口的传统药物治疗，不妨选择天然又可口的水果食疗方，来帮助自己有效改善病症，从而提高抵抗力，让天然可口的水果帮助你吃得安心，吃得健康！

作者介绍:

目录: 前言
第一章 不可思议的水果魔力
第二章 季节性的水果食疗
第三章 水果治疗小病痛
第四章 水果治疗慢性病
第五章 水果的美容疗法
第六章 水果的情绪疗法
• • • • • [\(收起\)](#)

[水果神奇食疗法_下载链接1](#)

标签

评论

[水果神奇食疗法_下载链接1](#)

书评

[水果神奇食疗法_下载链接1](#)