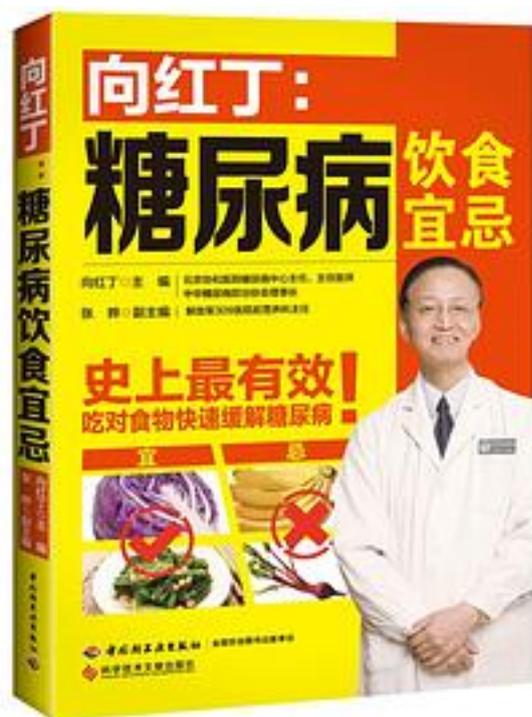


向红丁：糖尿病饮食宜忌



[向红丁：糖尿病饮食宜忌 下载链接1](#)

著者:

出版者:中国轻工业出版社

出版时间:2013-10-1

装帧:平装

isbn:9787502381943

北京协和医院内分泌权威专家向红丁教授通过此书向广大糖尿病患者进行了一次饮食知识普及，从多角度详细介绍了糖尿病患者日常的饮食宜忌，包括营养素宜忌、日常饮食宜忌、保健品宜忌、中药宜忌、糖尿病并发症饮食宜忌、膳食宜忌等内容。书中为糖尿病患者推荐了数十种适合食用的食材，也介绍了多种糖尿病患者日常要尽量避免的饮食，此书可以作为患者日常的一本饮食工具书随时翻阅。

本书为全彩印刷，图片精美，版式简介，条目清晰。附赠：《中医理疗调养糖尿病》彩色拉页。

作者介绍:

向红丁教授

卫生部首席健康教育专家

北京协和医院主任医师、糖尿病中心主任

中国协和医科大学博士生导师

北京糖尿病防治协会理事长

北京健康教育协会副理事长

目录: 糖尿病基础知识必修课

糖尿病的四大类型

糖尿病“青睐”哪些人

测一测，你与糖尿病距离有多远

糖尿病对身体都有哪些危害

什么是血糖

如何正确自测血糖

如何安排一日三餐

饮食误区，升高血糖损健康

糖尿病患者不要谈“糖”色变

Part1 营养素宜忌

深度解析 让补充营养素有据可依

宜

钙 促进胰岛素的正常分泌

镁 促进胰岛素的分泌

• • • • • [\(收起\)](#)

[向红丁：糖尿病饮食宜忌_下载链接1](#)

标签

饮食

糖尿病

老爹的书

疾病

健康学

健康

kindle

评论

像个低质量菜谱

新年读完的第一本书。开头简单介绍了糖尿病的基础知识以及各种营养素对糖尿病的影响。主要篇幅介绍了适宜吃的各种食物，包括主食，蔬菜，水果以及肉类海鲜类，还有一点中药的特点。最后是糖尿病适宜的饮食习惯，各种并发症的注意事项，以及不同热量需求的一周食谱。这本书主要还是科普，吃什么怎么吃还得看个人的病情，体质和生活习惯。找到适合自己的饮食习惯很重要。本书中规中矩，以讲解饮食为主。毕竟糖尿病需要管住嘴，迈开腿，再加适合的用药。这本书在京东显示买的挺多的，所以就跟风买了。

[向红丁：糖尿病饮食宜忌_下载链接1](#)

书评

[向红丁：糖尿病饮食宜忌_下载链接1](#)