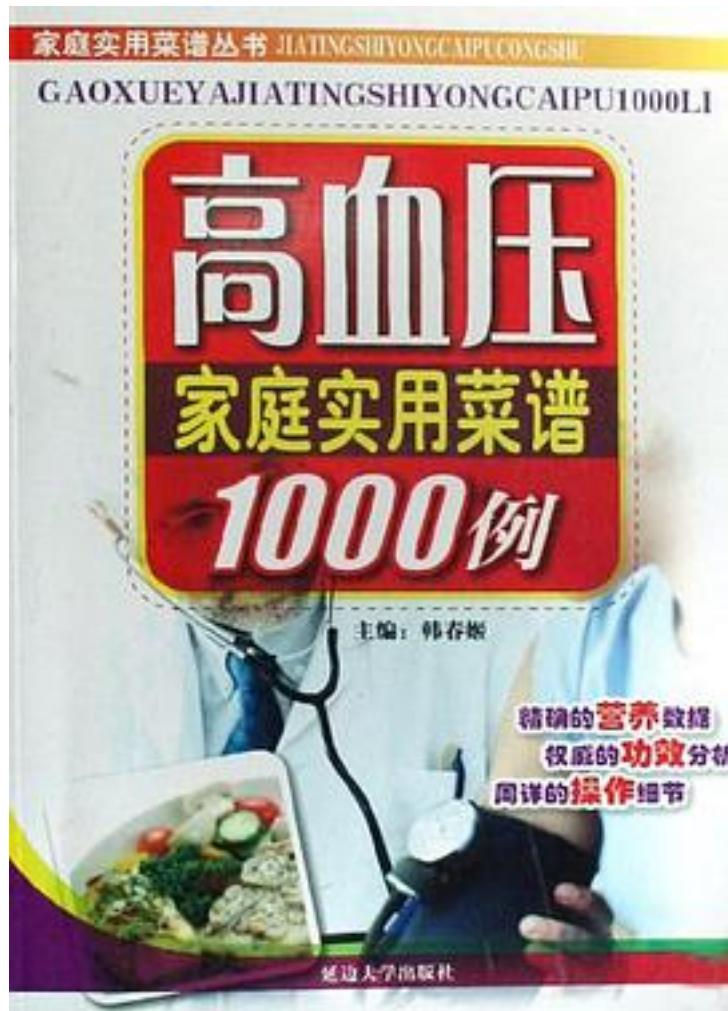


# 高血压家庭实用菜谱1000例



[高血压家庭实用菜谱1000例 下载链接1](#)

著者:

出版者:

出版时间:2009-3

装帧:

isbn:9787563425297

《高血压家庭实用菜谱1000例》主要内容：饮食治疗是高血压治疗中非常重要的一个

环节。高血压病人的饮食治疗，是以减少钠盐、减少膳食脂肪并补充适量优质蛋白，注意补充钙和钾，多吃蔬菜和水果、戒烟戒酒、科学饮水为原则的。《高血压家庭实用菜谱1000例》结合高血压病的基础知识，介绍了适合于高血压患者食用的1000种菜谱，并对每种菜谱分别介绍了原料、制作方法、功效及主要营养素、热能及胆固醇含量分析，这对高血压、高血脂及体重超标的人有良好的指导意义。对每种食物原料，介绍了其营养价值和特别提示等。《高血压家庭实用菜谱1000例》中每种菜谱的营养分析和功效分析均由营养学专业和中医学专业人员做分析，营养素含量的计算使用了中国疾病预防控制中心营养与食品安全所研制的营养计算器V1.6。

《高血压家庭实用菜谱1000例》所介绍的菜谱在兼顾中国传统饮食的基础上，更多地考虑了高血压病患者的营养需求，反映了现代营养学治疗高血压病的理论、方法和技术。

作者介绍：

目录：

[高血压家庭实用菜谱1000例 下载链接1](#)

标签

评论

---

[高血压家庭实用菜谱1000例 下载链接1](#)

书评

---

[高血压家庭实用菜谱1000例 下载链接1](#)