

糖尿病调养食谱

[糖尿病调养食谱 下载链接1](#)

著者:

出版者:

出版时间:

装帧:

isbn:9787800134548

重视：糖尿病其典型症状为“三多一少”，是继癌症、心脑血管疾病之后的又一严重威胁人类健康的“杀手”。

经典：《黄帝内经》也强调：“五谷为养，五果为助，五畜为主，五菜为充”，足以说明食疗的目的。

通俗：采用科学严谨的态度，通俗易懂的语言，分别介绍了糖尿病的饮食宜忌、食疗食谱及日常生活护理。

方法：饮食调养是糖尿病疗法的基础，合理的饮食结构能明显降低血糖，为读者提供科学实用的营养康复指导。在使用过程中可根据各自家庭情况、所罹患的疾病选用。

简便：每个菜谱、粥肴、汤羹、茶饮都有原料、功效，又有制作方法，内容翔实，照方制作，即可收到较好的疗效。

作用：食疗既补充人体所需的营养物质，又可以改善患者的体质，提高抗病能力，从而达到无病先防、既病防变、小病自疗的目的。

作者介绍:

目录: 第一部分 糖尿病与饮食调养

一、糖尿病的识别

二、中医眼里的糖尿病分型及其食疗原料

三、糖尿病与科学饮食

四、糖尿病患者康复注意事项

五、走出“南瓜”降糖的误区

第二部分 素菜类食谱

第三部分 肉食类食谱

第四部分 水产类食谱
第五部分 禽蛋类食谱
第六部分 汤类食谱
第七部分 茶类食谱
第八部分 粥类食谱
第九部分 主食食谱
一、米类主食食谱
二、面类主食食谱
• • • • • (收起)

[糖尿病调养食谱](#) [下载链接1](#)

标签

评论

[糖尿病调养食谱](#) [下载链接1](#)

书评

[糖尿病调养食谱](#) [下载链接1](#)