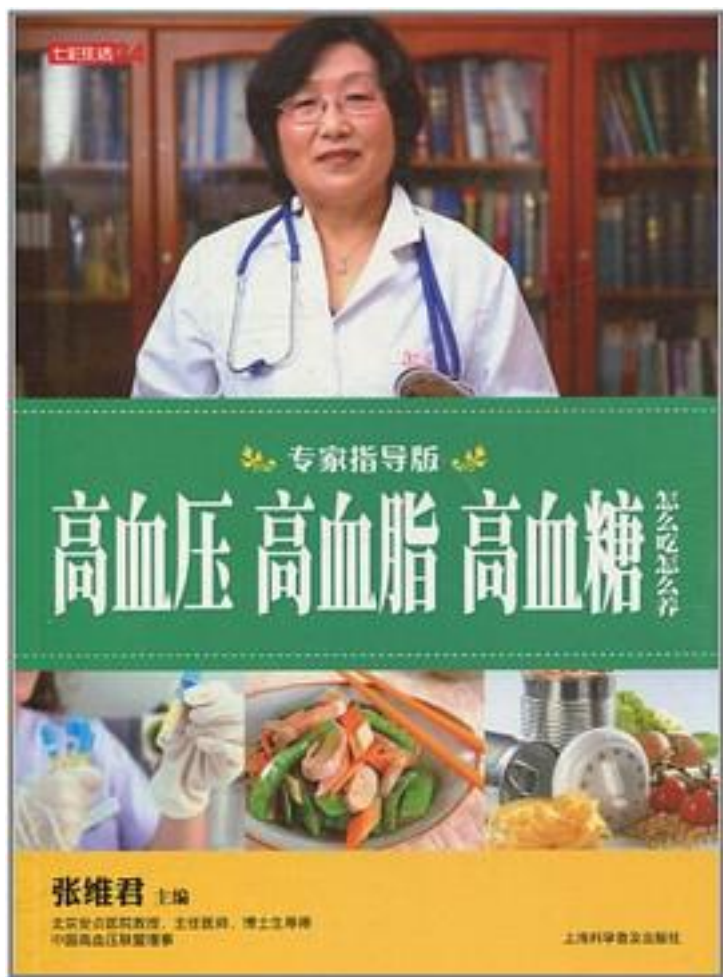


高血压 高血脂 高血糖怎么吃怎么养



[高血压 高血脂 高血糖怎么吃怎么养_下载链接1_](#)

著者:张维君 编

出版者:上海科普

出版时间:2011-1

装帧:

isbn:9787542748164

《高血压 高血脂 高血糖怎么吃怎么养(专家指导版)》深入浅出地指出：高血压、高血脂、高血糖及其并

发病不仅是老年人的专利，而且呈现年轻化的趋势，给人们带来了极大的危害，影响着人们的幸福指数，甚至给社会、家庭带来沉重的负担。

作者介绍:

张维君，北京安贞医院教授、主任医师；博士生导师。

历任北京安贞医院心导管室主任，干部保健、老年心内科主任，中国老年保健医学研究会理事，中国老年保健协会心血管分会副主任，中国高血压联盟理事，中国艾滋病基金会理事。曾担任国家“九五”攻关多项重要科研课题的负责人，有14项研究获北京市级及局级科技成果奖。从事心血管临床及介入工作三十余年，有着丰富的临床经验。曾主编《心导管学》、《肺栓塞诊断疗手册》等七部著作，参加编写《心脏病学》、《小儿心脏病学》等十余部著作，发表论文50余篇。

目录: Part01 科学饮食合理保健，战胜高血压Chapter1 认识高血压Chapter2 高血压调养25大秘诀Chapter3 专家推荐20种特效降压食物Chapter4 高血压特效穴位按摩治疗法Part02 轻松饮食正确保健，调节高血脂Chapter1 认识高血脂Chapter2 高血脂调养25大秘诀Chapter3 专家推荐20种特效降脂食物Chapter4 高血脂特效穴位按摩治疗法Part03 吃对食物科学保健，调控高血糖Chapter1 认识高血糖Chapter2 高血糖调养10大秘诀Chapter3 调节血糖新概念Chapter4 专家推荐30种特效降糖食物Chapter5 高血糖特效穴位按摩治疗法
· · · · · · ([收起](#))

[高血压 高血脂 高血糖怎么吃怎么养_下载链接1_](#)

标签

健康

食谱

食疗

评论

[高血压 高血脂 高血糖怎么吃怎么养 下载链接1](#)

书评

[高血压 高血脂 高血糖怎么吃怎么养 下载链接1](#)