

<<痛风美味家常套餐>>

图书基本信息

书名：<<痛风美味家常套餐>>

13位ISBN编号：9787030121387

10位ISBN编号：7030121384

出版时间：2003-10-1

出版时间：科学

作者：周薇丽,Toku Chao

页数：20

字数：172000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<痛风美味家常套餐>>

内容概要

痛风患者应该如何享受美食？

本书清楚易懂的菜单搭配技巧，可享受美味且方便的制作低嘌呤美食，有效减少尿酸沉积。

每一道菜详细计算出：脂肪、嘌呤、热量含量，就是这一本，满足痛风家人所需，让您有效控制嘌呤质，吃得更安心。

活页式装订，灵活翻页，轻松搭配。

141道主食+配菜+汤品及甜点，相互搭配出美味套餐组合。

自由翻阅就能随意配出健康美味的一餐。

每一道菜都有详细的营养计算，低嘌呤美食轻松做。

<<痛风美味家常套餐>>

书籍目录

作者序本书用法一 关于痛风(本书介绍痛风饮食) 1 何谓痛风(GOUT) ?
2 何谓核蛋白(NUCLEOPROTEIN) ?
3 何谓嘌呤(PURINES) ?
4 何谓尿酸 ?
5 嘌呤与尿酸间的关系 6 痛风是如何形成的 ?
7 痛风的诊断 8 痛风与高尿酸的区别 9 痛风的临床症状及其病因 10 痛风的并发症二 如何和痛风共处 1
如何和痛风共处 2 痛风的临床症状 3 痛风的处置与治疗 4 痛风控制的目标 5 体重控制的重要性三 痛风的饮食及其注意事项 1 痛风的营养需求 ?
2 何谓低嘌呤 3 低嘌呤饮食的作用与目的 4 低嘌呤饮食适用的病症 5 痛风病人饮食原则及注意事项 6 每
千克标准体重所需的热量 (焦) 表 7 热量及蛋白质需要量估算方法 8 食物中嘌呤含量每100克分类表 9
重点加强主食 第一类 0-25毫克嘌呤 第二类 25-125毫克嘌呤/100克 第三类 150-1000毫克嘌呤/100克副类
第一类 0-25毫克嘌呤 第二类 25-125毫克嘌呤/100克 第三类 150-1000毫克嘌呤/100克汤&甜品 第一类
0-25毫克嘌呤 第二类 25-125毫克嘌呤/100克 第三类 150-1000毫克嘌呤/100克

<<痛风美味家常套餐>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>