

<<食物相克与饮食宜忌>>

图书基本信息

书名：<<食物相克与饮食宜忌>>

13位ISBN编号：9787501910298

10位ISBN编号：7501910294

出版时间：1991-11-1

出版时间：中国轻工业出版社

作者：董三白

页数：352

字数：263000

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>

## <<食物相克与饮食宜忌>>

### 内容概要

本书是作者继《常见病的饮食疗法》之后的又一部力作。

本书分上下两篇，共九章。

上篇重点叙述食物相克，列举66种食物，160余条相克现象，同时叙述了食物与金属、器皿相克，营养素与食物协同的内容。

下篇重点叙述94种常见疾病的饮食宜忌，包括内、外、妇、儿、皮肤、五官各科，具体说明每种疾病的病因病机，主要症状，有助于读者对症识病，在饮食调养中知所宜忌，以利于巩固疗效和促进健康。

此外，对服药忌口、素质忌口、发物忌口以及食物与季节、食物异常等亦作了详细介绍。

本书取材新颖、内容丰富、深入浅出，实用性强，是美食爱好者、家庭主妇、年老体弱的慢性病患者，以及重病、手术后恢复期病人的良师益友；对营养师、医护人员及广大社会读者也有参考价值。

## <<食物相克与饮食宜忌>>

### 书籍目录

绪论上篇 食物相克 第一章 日常食物相克 一、畜禽肉类 二、水产、鱼类 三、蛋、奶类 四、蔬菜类 五、果品类 六、饮料与调味品 第二章 食物与金属器皿相克 一、铁器 二、铜器 三、镀锌容器 四、铝器 五、锡与白釉容器 六、铅与彩釉瓷器 七、不锈钢容器 八、塑料制品 第三章 营养素与食物协同 一、产热营养素之间的协同 二、维生素之间的协同 三、维生素与产热营养素之间的协同 四、无机盐之间的协同 五、无机盐与营养素之间的协同 六、无机盐与维生素之间的协同下篇 饮食宜忌 第四章 常见病的饮食宜忌 一、内科常见病的饮食宜忌 二、妇科常见病的饮食宜忌 三、儿科常见病的饮食宜忌 四、外科常见病的饮食宜忌 五、皮肤科常见病的饮食宜忌 六、五官科常见病的饮食宜忌 第五章 药物忌口 一、西药 二、中药 第六章 素质忌口 一、阴阳平衡失调 二、酸碱平衡失调 三、过敏体质 四、第三状态 第七章 发物忌口 一、粮食类 二、肉类 三、蔬菜类 四、水果类 第八章 食物异常 一、畜禽 二、鱼虾 三、果实、菜谷 第九章 食物与季节 一、春季 二、夏季 三、秋季 四、冬季参考文献

<<食物相克与饮食宜忌>>

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>