

<<中医食养食疗学>>

图书基本信息

书名：<<中医食养食疗学>>

13位ISBN编号：9787532359783

10位ISBN编号：7532359786

出版时间：2001-6-1

出版时间：上海科学技术出版社

作者：郭永洁

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>

## <<中医食养食疗学>>

### 内容概要

饮食是生命之根，健康之本。

随着人们生活水平的提高，“吃好求健康”已成为人们追求的目标。

吃得科学合理、讲究营养平衡是保证身体健康、防止疾病发生、提高生活质量的重要内容。

为科学地指导人们正确合理饮食，特编写《中医食养食疗学》一书，以供大家了解有关饮食方面的知识。

中医食养食疗学是中医养生理论与现代营养科学相结合的新学科。

食养是运用传统中医理论，阐述食物的四性五味，结合现代营养学来辨证(质)食治；食疗是指食物除养生和营养作用外，还有治疗作用，包括了运用中医理论的辨证(质)治疗，食物中营养素对营养缺乏症的治疗，以及食物中一些非营养物质的特殊治疗作用。

关于中医传统药食结合膳食，属药膳范畴，此书为避免学科间的重复与概念上的不清，不予阐述。

希望通过本书的学习，让读者能了解有关中医的食养食疗知识，以便更好地指导人们合理饮食，预防和配合治疗疾病，为提高全民族的健康水平尽绵薄之力。

## <<中医食养食疗学>>

### 书籍目录

#### 第一章 概论

##### 第一节 我国居民饮食结构现状

.....

#### 第二章 中医食养食疗学的特点

##### 第一节 体现预防为主的思想

.....

#### 第三章 食物的成分

##### 第一节 食物的营养素

.....

#### 第四章 食物的功用

##### 第一节 谷类食物

.....

#### 第五章 食物的现代研究

##### 第一节 对食物中生物性物质的研究

.....

#### 第六章 各类人群食养要点

##### 第一节 孕妇和乳母的食养

.....

#### 第七章 各种常见病的饮食疗法

##### 第一节 胃肠疾病饮食

##### 第二节 肝胆病饮食

.....

<<中医食养食疗学>>

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>