

<<非典与饮食健康>>

图书基本信息

书名：<<非典与饮食健康>>

13位ISBN编号：9787532370689

10位ISBN编号：7532370682

出版时间：2003-5-1

出版时间：上海科学技术出版社

作者：楼绍来,达美君,黄瑛

页数：121

字数：100000

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>

## <<非典与饮食健康>>

### 内容概要

传染性非典型肺炎（简称“非典”）是人类跨入21世纪暴发的首场全球性疫病。由于人们对“非典”如何预防、治疗不甚了解，因此，人们对其产生了恐惧心理。然而，通过改善人们的饮食结构与习惯，来提高人体抵抗疾病的能力是可能的。

本书简要介绍“非典”的基本知识的同时，对“非典”的清洁、消毒预防，饮食强身预防，中医药膳预防作了具体介绍。

本书还介绍了“非典”病程各期及恢复期的中药治疗、辅助饮食疗法等。

本书通俗易懂，内容丰富，是一本科学实用的普及读物。

## <<非典与饮食健康>>

### 书籍目录

序前言一、“非典”的基本知识 1 基本概念 2 与有关肺炎和肺部感染的区别 3 与普通感冒的区别 4 肺炎的传染性 5 传染性非典型肺炎 6 冠状病毒 7 “非典”病毒的变种 8 “非典”的临床表现 9 “非典”的传染毒力 10 “非典”的传染源 11 “非典”的传播途径 12 影响“非典”传染和流行的因素 13 “非典”的易感人群 14 “非典”的潜伏期 15 中医对“非典”的认识二、“非典”的清洁、消毒预防 1 戴口罩的方法 2 洗手与洗手的方法 3 消毒药水的浓度要适宜 4 家庭消毒方法 5 手的消毒方法 6 食物和食具消毒方法 7 厕所消毒方法 8 通风与消毒 9 普通群众预防“非典”的主要措施 10 预防“非典”综合方法和简易措施 11 预防“非典”，提高免疫力 12 预防“非典”的健身三大主题：户外、绿地、阳光 13 外治法擦胸揉腹可增强免疫力 14 预防“非典”应慎调情志、起居有节 15 用科学的态度对待“非典” 16 中国疾病预防控制中心公布的抑制“非典”病原生长药物 17 “非典”防治方案三、饮食强身预防 1 中医认为“非典”属于“温病”的范畴 2 重视食疗 3 注意饮食忌宜 4 要多喝茶饮 5 多喝清热润肺汤羹 6 水果类食疗方 7 蔬菜类食疗方 8 用于儿童的食疗方 9 几种保健点心……四、中医药膳预防“非典” 五、中医治疗“非典” 六、“非典”病程各期及恢复期辅助饮食疗法

<<非典与饮食健康>>

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>