

<<糖尿病的饮食疗法>>

图书基本信息

书名：<<糖尿病的饮食疗法>>

13位ISBN编号：9787538132960

10位ISBN编号：7538132961

出版时间：2001-1

出版时间：辽宁科学技术出版社

作者：荒牧麻子

页数：148

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>

<<糖尿病的饮食疗法>>

内容概要

本书是快乐健康系列之一，糖尿病患者该吃什么？
该如何吃？

本书颠覆传统饮食观念的窠臼，带您进入新新食疗世界，让您吃出健康，重新享受[食]的乐趣！

由于糖尿病患者有不断持续增加的趋势，所以对于均衡的饮食习惯有必要再重新认识。

要预防糖尿病，糖尿病患者除了要有良好的治疗之外，还要有良好的生活习惯。

本书针对糖尿病患者提出“饮食方法”的建议，书中就其基本知识和饮食菜单等方面来介绍，希望对诸位有帮助。

为了尽快改善饮食生活，对于糖尿病饮食疗法的食谱必须准备齐全，但也要符合美味，营养均衡，简单等三项条件。

这是一本有助于解除糖尿病患者烦恼或不安的书。

<<糖尿病的饮食疗法>>

书籍目录

出版说明序第一章 糖尿病饮食概论 1 糖尿病早期发现、早期治疗的关键 2 检查自己的饮食习惯 3 饮食疗法的关键 4 计算每天所需的热量 5 如何运用食品交换表 6 单位和食品交换表 7 营养的分配和菜单的作法 8 制作菜单的要点 9 计算数量的方法 10 一天所需的营养素 11 控制盐分的十大要点 12 严格控制糖分 13 油的摄取法 14 家中使用速食、罐头、冷冻食品的方法第二章 糖尿病的饮食菜单 5.85千焦（1400卡）·18单位 6.69千焦（1600卡）·20单位 7.52千焦（1800卡）·23单位 单品菜单第三章 每日菜单的作法 1 利用饮食生活中的5S轻松设计菜单 2 设计菜单的基本秘诀 3 材料的ABC分类 4 轻松摄取必要营养素的要点第四章 每天健康度日 1 日常生活注意事项 2 外食注意事项 3 选择外带食品的方法 4 糖尿病的运动疗法 5 糖尿病最可怕的“并发症” 6 发现并发症后的饮食疗法

<<糖尿病的饮食疗法>>

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>