

<<食用菌治百病>>

图书基本信息

书名：<<食用菌治百病>>

13位ISBN编号：9787543921900

10位ISBN编号：7543921901

出版时间：2003-10

出版时间：上海科学技术文献出版社

作者：陈国良

页数：256

字数：142000

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>

<<食用菌治百病>>

内容概要

食用菌是一类鲜质嫩的高等真菌，蛋白质含量高，具有人体必需的各种氨基酸，几乎不含胆固醇和脂肪酸脂肪，经常食用能预防高脂血症、冠心病、动脉粥样硬化等心血管疾病和功能退化性疾病，被视为现代文明社会的保健食品，国外誉之为健康食品。

食用菌原是指一类肉质的、可作菜肴的大型菇类，如蘑菇、香菇、平菇、金针菇、灰树花、银耳、木耳、竹荪、牛肝菌等，共有600多种。

近年来许多木栓质菇类，如灵芝、云芝等，其子实体虽不能作菜食用，但因其无素养，无不良反应，对人体有保健、治病功效，所以被制成多种保健食品。

随着人们的生活水平提高和食物结构改变。

这些真菌深受国内外消费者的欢迎。

<<食用菌治百病>>

作者简介

陈国良1960年毕业于复大学生物系，同年分配到上海市农业科学院食用菌研究所工作。几十年来一直从事食用菌研究工作，其中“猴头菇的人工培养技术”研究荣获国家发明三等奖；“猴菇菌片”荣获上海市重大科研成果奖。出版了《灵芝治百病》、《猴头菇》、《灵芝与猴头菇高

<<食用菌治百病>>

书籍目录

总论 一、食用菌——健康的维护者 二、食用菌能调节免疫力 三、食用菌能提高细胞生理功能 四、食用菌对个体保健有哪些作用 五、食用菌为何配合应用效果更好 灵芝 一、灵芝的药理作用 (一) 提高机体生命力的作用 1. 提高机体耐缺氧能力 2. 抗疲劳 3. 抗应激 4. 抗放射性射线和有毒化学药物对机体的损害 5. 提高细胞生理功能 6. 延缓机体衰老进程, 延长寿命 (二) 提高机体免疫力 1. 增强巨噬细胞吞噬能力 2. 提高NK细胞活性 3. 促进T淋巴细胞增殖和提高T细胞免疫力 4. 促进白细胞介素的产生 5. 促进巨噬细胞产生肿瘤坏死因子(TNF) (三) 灵芝对心血管系统的作用 (四) 抗有害化学药物对机体的损害和保肝解毒作用 (五) 抑制脂质过氧化 (六) 抗肿瘤 (七) 镇痛、安神、镇静 二、灵芝的疗效 猴头菇 冬虫夏草 茯苓 香菇 灰树花 金针菇 银耳 木耳 平菇 蝉花 安络小皮伞 云芝 毛头鬼伞 金耳 姬松茸

<<食用菌治百病>>

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>