

<<冠心病知识百科>>

图书基本信息

书名：<<冠心病知识百科>>

13位ISBN编号：9787801743114

10位ISBN编号：7801743113

出版时间：2010-01-01

出版时间：中医古籍

作者：杨惠民，刘雪峰编

页数：293

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>

<<冠心病知识百科>>

内容概要

一本专为高血压患者介绍正确饮食的方法书，高血压的饮食要求遵循的原则：高血压病人的饮食治疗，是以减少钠盐、减少膳食脂肪并补充适量优质蛋白，注意补充钙和钾，多吃蔬菜和水果、戒烟戒酒、科学饮水为原则。

掌握正确的饮食方法拥有健康的身体。

<<冠心病知识百科>>

书籍目录

第一章 高血压患者要合理饮食 饮食治疗高血压的原则 高血压患者的食谱 热量指标 降血压如何正确补钙 高血压患者如何正确饮水 高血压患者饮食禁忌 经常饮茶有利防治高血压 高血压患者忌吃冷饮食品 高血压患者要少吃味精 高血压患者要少吃甜食 蜂胶对高血压的作用 沙棘油对高血压的作用 高血压患者要喝低脂牛奶 第二章 高血压患者宜吃的蔬菜 洋葱——舒张血管降血压 高血压患者的洋葱食疗方 芹菜——降血压降血脂 高血压患者的芹菜食疗方 竹笋——清除体内多余脂肪 高血压患者的竹笋食疗方 芦笋——有“降压妙品”之称 高血压患者的芦笋食疗方 茭白——有助于控制血压 高血压患者的茭白食疗方 茵陈蒿——防止脂肪沉积 高血压患者的茵陈蒿食疗方 韭菜——辅助治疗高血压 高血压患者的韭菜食疗方 马齿苋——扩张血管 高血压患者的马齿苋食疗方 菠菜——保护眼睛防心衰 高血压患者的菠菜食疗方 第三章 高血压患者宜吃的水果 第四章 高血压患者宜吃的主食 第五章 高血压患者宜吃的其它食物 第六章 高血压患者辨证食疗 第七章 高血压药膳常用中草药

<<冠心病知识百科>>

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>