

# 《常见病食疗菜谱丛书》

## 图书基本信息

书名：《常见病食疗菜谱丛书》

13位ISBN编号：9787553701356

10位ISBN编号：7553701351

出版时间：2013-3

出版社：江苏科学技术出版社

作者：犀文图书

页数：153

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

## 前言

随着社会经济、医疗技术的不断发展，人类的生活质量和身体素质也得到相应提高，但紧凑的生活方式、紧张的工作劳动、混乱的饮食习惯，也不断地侵蚀着我们身体的“健康防线”，导致各种各样的疾病趁虚而入，缠绕着本就疲惫不堪的我们。俗话说：“家有一老，如有一宝；家有一病，饮食难定。”一人生病，全家人的饮食习惯不得不改变，这样便造成饮食习惯的混乱，并影响到日常生活和工作。因此，我们针对家庭和个人的需求，从传统医学“药食同源”的角度，科学系统地策划出这套《常见病食疗菜谱丛书》，力图为不同病症、不同体质的患者推出科学、营养、健康、安全的食疗菜谱，让患者“对症食疗”的同时，也适合其他家庭成员食用，以此摒除患者和家人在饮食上的产生的“隔阂”，助一家人其乐融融。《常见病食疗菜谱丛书》共10本，包括《肝病食疗菜谱》、《高血压食疗菜谱》、《冠心病食疗菜谱》、《肾病食疗菜谱》、《糖尿病食疗菜谱》、《胃肠病食疗菜谱》、《痛风食疗菜谱》、《防癌食疗菜谱》、《肺病食疗菜谱》、《高血脂食疗菜谱》，每本书均详细地介绍了相应的常见病的基础知识和其患者的饮食原则，并根据常见病的特点，科学系统地介绍了各种常见病症患者适宜食用的食材，有食材的基本知识、营养功效、饮食宜忌以及专家的专业提示，还有相应的食疗菜谱的介绍。本套丛书经济实用，菜例易学易做，是常见病患者家庭的必备一宝。《痛风食疗菜谱》主要介绍痛风的基础知识和痛风患者的饮食宜忌，希望痛风病友们通过此书，以食疗和药物治疗相结合的方式，尽早摆脱疾病的困扰，活出健康、精彩人生。

# 《常见病食疗菜谱丛书》

## 内容概要

《常见病食疗菜谱丛书:痛风食疗菜谱》内容简介:《常见病食疗菜谱丛书》是为常见病患者及其家庭精心策划的一套食疗养生菜谱丛书,共10本。《常见病食疗菜谱丛书:痛风食疗菜谱》精选了60余种对痛风具有一定的辅助疗效和预防作用的日常食材,详细、全面、科学地介绍其基础知识,并配备了120余道菜例,还包括一些痛风的常识,让读者在享受美食的同时,轻松抵抗疾病威胁,健康生活每一天。

## 作者简介

广东犀文图书有限公司，是一家以出品“生活·经济”类图书为主业，集创意、编撰制作和销售于一体的成长型文化企业。公司成立于2003年9月，90%员工为大专以上学历，核心团队皆为业界资深出版人和卓越设计师。公司成立7年来，已与国内外数十家出版机构建立了深度合作的关系，年出品图书500余种，年版权交易150余种。犀文出品的图书主要为烹饪菜谱、小手工艺、美容美发、养生、家装家饰家居类。犀文图书以其选题的实用性、体例的科学性、内容的丰富性，一流的装帧设计和版式设计已在生活经济图书领域颇有影响。犀文图书策划制作的图书贴近市场，设计水准上乘，在出版业界中独树一帜，品牌已见雏形。犀文图书根植于厚重的华夏文化，置身于现代图书市场文化产业之林，志存高远，弘思远益。犀文图书以传播知识，实用民生为己任，实行现代企业制度，严格管理，高效经营，凭借犀文人强烈的前瞻意识和敏锐深刻的洞察力，以及同舟共济的团队精神和卓著专业品质，犀文图书开拓前进，定会在中国文化产业发展大局中占有一席之地。正如犀文铭所言：用志坚则无事不达，用心诚则无事不至。

## 书籍目录

第一章 痛风知识002痛风及其基本病症004痛风发病原因及发病机制005痛风分类及临床表现006急性痛风007慢性痛风007老年人痛风的特点008痛风高发人群009痛风的检查010痛风引起的并发症011痛风饮食原则013痛风患者饮食须知015痛风的预防015痛风患者心理疗法016痛风的治疗原则017痛风的护理与措施018痛风患者体育锻炼须知第二章 痛风食疗菜谱蔬菜类021痛风患者食用蔬菜须知022白菜 醋熘白菜清炒白菜024胡萝卜 珍珠酿胡萝卜糖醋胡萝卜026芹菜 银耳炒芹菜 芹菜炒三丝028黄瓜 黄瓜拌绿豆芽糖醋黄瓜卷030茄子 蒸瓢茄子 决明烧茄子032莴笋 菠萝莴笋 莴笋炒山药034南瓜 伍元蒸南瓜米粉蒸南瓜036番茄 番茄大蒜拌黄瓜 土豆烧番茄038土豆 酱茄子土豆 葡萄干土豆泥040竹笋 凉拌竹笋 竹笋色拉042四季豆 彩色四季豆 酱焖四季豆044菜花 珍珠菜花 菜花炒蛋046蘑菇 长寿菜 番茄焖蘑菇048苦瓜 清炒苦瓜 煎焖苦瓜050芥菜 三色酿大芥菜 芥菜咸蛋汤052韭菜 桃香韭菜 韭菜炒双蛋054丝瓜 桂花丝瓜 丝瓜炒蛋056黑木耳 黄花菜炒木耳 葱烧木耳058山药 蒜苗炒山药 鲜山药玉米糕060苋菜 蒜泥苋菜 香菇苋菜062油菜 椒油菜心 火腿油菜064莲藕 黑米莲藕片 橙汁莲藕西瓜皮066生菜 生菜香菇 蚝油生菜068芋头 粉蒸芋头 太极芋泥070茭白 桂花炒茭白 油焖茭白072节瓜 节瓜芋头汤 淡菜节瓜煲番鸭汤074冬瓜 蛋黄酿冬瓜 梅味冬瓜 酱烧冬瓜条 红焖冬瓜水果类078痛风患者食用水果须知079水果的清洗080香蕉 脆皮香蕉卷 土豆香蕉泥082马蹄 马蹄炒丝瓜 清爽马蹄糕084西瓜 清凉西瓜冻 西瓜西米露086樱桃 银耳炖樱桃 纯樱桃汁088草莓 草莓综合果汁 草莓奶昔090菠萝 菠萝塔 奶油菠萝092猕猴桃 西米猕猴桃糖水 猕猴桃米酪094木瓜 银耳炖木瓜 木瓜芡实糖水096柠檬 柠檬橙子汁 菠萝柠檬芹098荔枝 甜粟荔枝奶露 枸杞子荔枝冻100哈密瓜 白玉哈密瓜 哈密瓜毛豆汁102芒果 果汁香芒露 奶香酿芒果104梨 贝母雪梨水 雪梨菊花水106红枣 芹菜红枣汤 红薯红枣糖水108椰子 西米椰汁糕 椰汁杏仁露110桃 桃柿子汁 水晶黄桃批112苹果 象形苹果球 什锦酿苹果 苹果牛奶汁 苹果黄瓜色拉五谷杂粮类116痛风患者食用五谷杂粮须知118薏米 百合薏米粥 薏米红豆粥120小米 黄金小米糕 鲜菇小米粥122核桃 核桃糊 红枣核桃粥124粳米 茄子粳米粥 佛手粳米粥 126荞麦 荞麦粥 香菇荞麦粥128燕麦 芝麻燕麦粥 燕麦南瓜粥130紫米 紫米烧卖 莲子紫米粥132糯米 黑豆糯米粥 燕麦仁糯米粥134芡实 芡实糖水 芡实薏米山药粥136玉米 枸杞子玉米羹 洋葱玉米粥138红薯 红薯甜粥 红薯西米粥140红豆 山药红豆粥 鲜荷莲藕红豆粥142绿豆 西瓜绿豆粥 陈皮绿豆粥144黑芝麻 芝麻粥 芝麻白糖糊146糙米 黑芝麻糙米粥 紫薯山药糙米粥148黑米 黑米桂花粥 红枣桂圆黑米粥150小麦 鱼香小麦饼 甜麦黑糯米粥152大米 松仁大米粥 大米粥泥

# 《常见病食疗菜谱丛书》

## 编辑推荐

《常见病食疗菜谱丛书:痛风食疗菜谱》主要介绍痛风的基础知识和痛风患者的饮食宜忌，希望痛风病友们通过此书，以食疗和药疗相结合的方式，尽早摆脱疾病的困扰，活出健康、精彩人生。

# 《常见病食疗菜谱丛书》

## 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:[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)