

《胃旁路减肥手术术后饮食规划》

图书基本信息

书名：《胃旁路减肥手术术后饮食规划》

13位ISBN编号：9781620961571

出版时间：2016-3-30

作者：约翰·博德

译者：杨雨婷,郭怿暄

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

《胃旁路减肥手术术后饮食规划》

内容概要

胃旁路手术是一种改变肠道结构的手术，通过关闭大部分胃功能，减缓胃排空速度，缩短小肠，降低吸收，从而达到减肥的目的。当初你决定做这个手术时，你的决心肯定下得不容易。然而，就是你做了手术，你的饮食控制计划也还远没有结束，这是你与食物的战争。其实，你术后的饮食更加重要，不是以减肥为目的，而是为了你的健康。

制定一个详细的计划，针对你术后每个阶段的饮食禁忌，这会省去你花好几个钟头研究、查找，最后总结出你到底什么能吃什么不能吃。

这本书会给你提供你需要的各类详细资料，包括为胃旁路手术后的饮食控制所需的所有信息。

你会在书中找到：

- 胃旁路手术后各个阶段的详细饮食计划
 - 饮食计划中各种食材选择的菜谱
 - 解释哪些食物和食物特性适合于饮食控制的各个阶段
 - 在哪儿能找到更多的菜谱，以丰富你的术后餐桌
- 等等，等等

本书方便实用，有简单易学的详细操作说明。本书是你开始术后饮食调整的最好起点！

《胃旁路减肥手术术后饮食规划》

作者简介

本书作者另著有《减重术后食谱》和《减重手术术前术后你必须知道的一切》。

《胃旁路减肥手术术后饮食规划》

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