

《蔬菜神奇食疗法》

图书基本信息

书名：《蔬菜神奇食疗法》

13位ISBN编号：9787534931970

10位ISBN编号：7534931975

出版时间：2005-8

出版社：河南科学技术出版社

作者：简芝妍

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

《蔬菜神奇食疗法》

内容概要

本书中列出各种蔬菜的治病方法。从各种慢性病的保养与维护，到慢性病发作时的治疗，您都可以运用蔬菜找到相应的治疗之道。

另外值得一提是，本书中收纳了有关蔬菜的保养方法，因为蔬菜中高含量的水分与矿物质、维生素含量，自古就是中国人的美容秘方来源，因此特地收录于此与各位爱美的女性分享。

书中还提供了各种蔬菜的正确吃法、清洗蔬菜的常识，以及选购蔬菜与保存蔬菜的重要知识，这都能够帮助您更有效、更健康地摄取蔬菜的全面营养，而不因错误的常识，使得蔬菜宝贵的养分白白流失。

另个在各篇章中，告诉您各种病症中最适合选择的蔬菜种类及其疗效，供您在选购与搭配食谱时进行参考。

《蔬菜神奇食疗法》

书籍目录

前言 时尚·健康·零负担！！第一章 观念篇

第1节 常吃新鲜蔬菜有什么好处

第2节 蔬菜有哪些种类

第3节 蔬菜哪些部位具有疗效第二章 吃蔬菜治疗慢性病

第1节 高血压

第2节 心血管疾病

第3节 糖尿病

第4节 哮喘、支气管炎

第5节 肾炎

第6节 关节炎第三章 吃蔬菜治疗肠胃病

第1节 肠胃炎

第2节 胃痛

第3节 消化不良

第4节 便秘

第5节 胃溃疡

第6节

《蔬菜神奇食疗法》

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：www.tushu000.com