

《医生没教的1001饮食宜忌》

图书基本信息

书名：《医生没教的1001饮食宜忌》

13位ISBN编号：9787538622386

10位ISBN编号：7538622381

出版时间：2007-4

出版社：吉林美术（图书经理部）

作者：本社

页数：264

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

《医生没教的1001饮食宜忌》

内容概要

《医生没教的1001饮食宜忌》以传统医药学、养生学为基础，从科学的角度分析了常见病例、食物之间的宜忌关系。针对不同人群、不同病症分析其致病的原因、临床的症状，并给出了科学的膳食调补宜忌方法。着重对常见食材的属性、营养功效、宜忌人群、适用量等进行了详细的阐述，并配以彩色的插图，让读者能够非常直观地了解每种食材的属性。

《医生没教的1001饮食宜忌》

书籍目录

水果类

苹果

梨

山楂

桃子

李子

枣

樱桃

葡萄

石榴

柿子

桑葚

猕猴桃

草莓

橙

柑橘

柚

柠檬

菠萝

桂圆

荔枝

芒果

木瓜

香蕉

杨梅

杨桃

椰子

枇杷

火龙果

杏

榴莲

甘蔗

西瓜

哈密瓜

核桃

花生

栗子

葵花子

芝麻

松子

杏仁

开心果

白果

蔬菜类

西红柿

茄子

辣椒

《医生没教的1001饮食宜忌》

黄瓜
苦瓜
南瓜
冬瓜
丝瓜
瓠瓜
萝卜
胡萝卜
扁豆
蚕豆
荷兰豆
豌豆
四季豆
黄豆芽
蒜
葱
洋葱
韭菜
大白菜
小白菜
菜薹
油菜
结球甘蓝
菜花
茎用芥菜
菠菜
芹菜
生菜
香菜
芥菜
莴笋
蕻菜
竹笋
百合笋
芦笋
荸荠
藕
茼蒿菜
海带
土豆
红薯
山药
芋头
魔芋
姜
蕨菜
香菇
金针菇
平菇

《医生没教的1001饮食宜忌》

竹荪
银耳
木耳
肉蛋鱼类
猪肉
牛肉
羊肉
狗肉
兔肉
鸡肉
鸭肉
鹅肉
鸽肉
青鱼
草鱼
鲢鱼
鳙鱼
鲫鱼
鲤鱼
桂鱼
鲇鱼
鲈鱼
黄鳝
泥鳅
黄鱼
鲳鱼
带鱼
石斑鱼
虾
蟹
田螺
贻贝
鱿鱼
墨鱼
甲鱼
乌龟
田鸡
海参
鸡蛋
鸭蛋
鹅蛋
乳类
牛奶
酸奶
豆浆
杂粮类
粳米
糯米
小米

《医生没教的1001饮食宜忌》

玉米

黑米

小麦

燕麦

荞麦

内科病的饮食宜忌

胃炎

消化性溃疡

便秘

肝硬化

慢性胆囊炎和胆石症

高脂血症

高血压

冠心病

哮喘

糖尿病及其并发症

单纯性肥胖

甲状腺功能亢进症

尿崩症

感冒

咳嗽

健忘

泄泻

痢疾

淋证

吸收不良综合征

反流性食管炎

胃轻瘫综合征

肝炎

肝性脑病

急性胰腺炎

慢性胰腺炎

乳糜胸

急性肾衰竭

肾病综合征

慢性肾衰竭

甲状腺功能减退症

原发性骨质疏松症

功能性低血糖

外科、骨科病的饮食宜忌

骨折

继发性骨质疏松症

烧伤

痤疮

黄褐斑

皮肤瘙痒病

荨麻疹

湿疹

银屑病

《医生没教的1001饮食宜忌》

痲子
类风湿性关节炎
痔疮
白癜风
痛风

妇科疾病的饮食宜忌

月经不调
痛经
带下病
不孕症
先兆流产
缺乳
产后出血
更年期综合征
女性性功能障碍
急性乳腺炎
盆腔炎
阴道炎

男性常见疾病的饮食宜忌

阳痿
早泄
遗精
男性不育症

儿科病的饮食宜忌

厌食
营养不良
流涎
小儿腹泻
小儿多汗
遗尿
麻疹
流行性腮腺炎
小儿肥胖症
水痘
百日咳
儿童多动症

五官科疾病的饮食宜忌

夜盲
鼻窦炎
咽炎
中耳炎
耳鸣
齿衄
失音
口臭
鼻出血

癌症及肿瘤的饮食宜忌

卵巢肿瘤
前列腺癌

《医生没教的1001饮食宜忌》

大肠癌
食管癌
原发性肝癌
胰腺癌
白血病
恶性淋巴瘤
颅内肿瘤
脊髓肿瘤
甲状腺腺瘤
鼻咽癌
喉咽癌

附录

附录一、食材宜忌快速查询表
附录二、六大类食物介绍
附录三、营养素功用及食物来源

《医生没教的1001饮食宜忌》

章节摘录

版权页：插图：胆汁或胰液分泌不足、小肠内细菌过度繁殖、小肠运动障碍、小肠血循环或淋巴循环障碍、小肠本身的病变以及小肠黏膜丧失等。临床表现腹泻和腹痛是本病最主要的症状。腹泻一般多为“脂肪泻”，脂肪泻的特点是大便量多，色淡棕或黄色、灰色，便不成形，味恶臭，表面有油腻状的光泽或如泡沫状，因便中含大量脂肪，因此大便常可漂浮在便盆表面。由于吸收不足，导致营养不良，常见体重减轻、倦怠乏力。膳食调补宜忌消化吸收不良的病人，由于腹泻、腹痛、消瘦、贫血及全身性营养不良等症状，因此，饮食调养对改善上述症状，促进病人康复有十分重要的作用。1，供给充足的热能和蛋白质。由于长期慢性病程，机体消耗大，应供给充足的热能，以防止体重继续下降。可供给高蛋白、高热能、低脂、半流质饮食或软饭，蛋白质100克/天以上，脂肪40克/天，总热能为10460千焦/天（2500千卡/天），选择脂肪含量少且易消化的食物，严重者可采用静脉高营养或要素饮食及匀浆饮食，以保证热能及正氮平衡。2补充足够的维生素。除食物补充外，必要时补给维生素制剂。结合临床症状，重点补充相应的维生素，如维生素A、复合维生素B、维生素C、维生素D、维生素K等。

《医生没教的1001饮食宜忌》

编辑推荐

《医生没教的1001饮食宜忌》编辑推荐：了解食物营养，科学搭配食材，吃对食物的频率，决定疾病发生的频率。

《医生没教的1001饮食宜忌》

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