

肠胃病怎么吃随身查



作者：段翠翠编著

出版社：天津：天津科学技术出版社

出版日期：2013.09

总页数：305

介绍：过大的工作压力、快节奏的现代生活，让很多人深受肠胃病之害。近年来，腹痛、下痢、便秘等肠胃不适的发病人群越来越多，肠胃病已成为对人们伤害极大的一种“现代文明病”，并成为慢性病之首。慢性病一般需要很长时间去调养才会彻底康复，而调养的主要方式就是饮食。简单来讲，战胜肠胃病，从吃对食物开始！这是一部肠胃病专家根据肠胃病研究和护理经验，从食疗的各个方面对患者进行具体帮助的指导书。书中首先系统地介绍了肠胃病的类型、成因、症状、控制方法等，让人们充分地认识肠胃病、了解自身的病情；然后，针对经常困扰患者的一些常见食疗问题予以解答，对一些错误的饮食观念予以澄清，让患者在正确观念的指导下健康饮食；最后，介绍了一些生活中随处可见的食材，并指导广大患者利用有益护养肠胃的食材做出既营养又美味的菜肴，从而吃出健康。

说明：登录教客网（<https://www.jiaokey.com/book/detail/13399634.html>）查找全本阅读方式

肠胃病怎么吃随身查 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/13399634.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/13399634.html>

书名：肠胃病怎么吃随身查