

《糖尿病如何吃》

图书基本信息

书名：《糖尿病如何吃》

13位ISBN编号：9787510103957

10位ISBN编号：7510103959

出版时间：2010-6

出版社：中国人口出版社

作者：陈伟

页数：240

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.tushu111.com

《糖尿病如何吃》

内容概要

《糖尿病如何吃》内容简介：如今，糖尿病虽然普遍存在，但并不可怕。在饮食的调节下，可以使之消失遁形。《糖尿病如何吃》特邀协和医院营养师，为糖尿病病友提供了简单易行的饮食调理方法，挑选了有食疗效果的健康食材，对吃什么，如何吃进行详细系统的讲解，是您身边的医学顾问，帮您有效控制血糖，摆脱糖尿病的困扰！

《糖尿病如何吃》

作者简介

陈伟，毕业于青岛大学医学院医学营养系，同年进入北京协和医院担任营养医师，现任肠外肠内营养科副主任医师，2004年获协和医科大学内科硕士学位。任中国医师协会营养医师专业委员会常委，中华医学会肠外肠内营养学分会中青年委员、秘书长，北京中西医结合学分会临床营养治疗

《糖尿病如何吃》

章节摘录

插图：

《糖尿病如何吃》

媒体关注与评论

糖尿病在过去被称为富贵病，意思是吃得太多才会得这种病。所以患了糖尿病后，合理饮食是缓解和控制病情的一大措施。——糖尿病专家不论患糖尿病多久，只要你按照本书的方法坚持下去，再加上规律的锻炼和良好的生活习惯，50%以上的糖尿病病友都可以将血糖调控到最佳水平。——糖尿病病友父亲得了糖尿病，不能像以前那样吃饭，吃什么和怎么吃成了我们很头疼的问题，有了这本书，这些就不是问题了，糖尿病患者也能吃上既营养又适合自己的饭菜了。——网友，孤独梦雨伯母得了糖尿病，我买了这本书送她，她现在已经开始按照书中的方法调理身体，希望她能尽快摆脱糖尿病的困扰！——网友，一米阳光

《糖尿病如何吃》

编辑推荐

《糖尿病如何吃》编辑推荐：协和营养专家教你正确饮食，有效抗击糠病。众多糖尿病病友联袂推荐。

精彩短评

- 1、我在看，很好的指南
- 2、非常的实用，列举的都是一些常见的蔬菜和水果。应为我给长辈买的，彩色印刷加配图，看起来也很形象舒服。实用而不显得冗余，推荐
- 3、里面都是彩色的，配有图案，操作性比较强的一本书，更主要的是非常便宜买到手的！
- 4、买给老人看的，不错
- 5、为孩子爷爷买的，老爷子好像不太感冒，我准备自学了
- 6、给婆婆买的书，她刚刚查出有糖尿病，这也算做儿媳的一点孝心吧。拿回她就大概看了几页，她评价还是不错的，书中介绍了有关糖尿病的一些食谱和各个食材的营养价值，有时间要慢慢品读。
- 7、是给妈妈买的，希望她身体健康。书内容挺好的，妈妈说很实用。
- 8、老爹有点高血糖，买本书时常翻看，对饮食有点扶正作用。
- 9、书很不错，很详细，图文并茂
- 10、《糖尿病怎么吃》前五章选取了一百多种有益于防治糖尿病的食材进行重点解析。“降糖关键词”解释了食材对糖尿病的益处；“营养档案”则讲解了食材的性味归经以及营养与功效，帮助读者明白食材的其他好处；“食用宜忌”则告诉读者哪些人哪种情况食用的利与弊，让读者吃得明白、吃得放心；“烹调宜忌”则告诉读者用什么样的烹调方法较好，哪种烹调方法不可取。每种食材还有推荐降糖食谱，教给读者怎样将食材做成美味，并附有计算出的能量值。第六章糖尿病患者日常饮食安排，则教给读者怎样根据自己的情况，用食品交换份来安排一日三餐的饮食，并针对不同能量需求推荐了全天带量食谱和一周带量食谱。
- 11、初步浏览了下，还不错
- 12、刚收到书，厚厚的，字也大，给老爸买的，看着还不错。
- 13、封面和内页都非常精美，都是常见食材，很有参考价值。
- 14、蛮实用，给外婆买的！真心希望患有糖尿病的人，在吃上能好过些！
- 15、内容不错,图文并茂
- 16、这本书是一个惊喜，原以为特价的书没什么用，当时好像9.7元左右买的。没想到回家一翻，图书印刷不错，里面介绍了糖尿病患者常见的蔬菜、水果、干果等的正确食用方法，很实用。
- 17、图片清晰，内容丰富易懂。买给老妈看，非常实用。
- 18、买给妈妈的书..内容很多.....
- 19、给妈妈买的，图文并茂，而且写得通俗易懂，作为妈妈现在的生活辅助指导，相当不错。书的版式纸张都是很不错的！
- 20、买给家婆的，自己浏览了一下，还是很好的。
- 21、书到了老妈闲暇时阅读 她很喜欢 就这够了 彩页的质量不错
- 22、买给家里老人的，他很喜欢，还很感动，直夸我孝顺。
书中图片文字相结合，字体也很大，易读易懂。
很好
- 23、说实话，这本书内容帮助不大，介绍做菜
- 24、买给妈妈，让她吃得健康。
- 25、抢购来的书，给爸爸看的，具体内容不太清楚，感觉很值。
- 26、书真不错 图片也很清晰
- 27、公公有糖尿病，一直搞不清楚哪些菜可以吃，哪些不可以吃。所以买了这本书，老人家对这本书很喜欢。

图书质量比想象的好，全彩页，看上去轻松自在，没有说教。

写得也比较全面，原来糖尿病人也可以吃这么多蔬菜、水果、荤菜。还有一些生活习惯误区，看了也可以改正。很好的一本书。

《糖尿病如何吃》

老年人可以多看看，简单易懂。

28、好书对得起这个价格，家里有人需要的可以买了送人，彩印的书字也大

29、不错，至少都是正版，印刷的质量也都不错。内容需要仔细阅读后再评。

30、还是有作用的

31、送给老人家看的，要注意身体。

32、准备看，应该会不错吧。是彩色的，印刷不错。内容待看。

33、这本书是给老爸买的，内容很详细，很实用，而且字体大还是彩色的，老人能看清楚，没有买错

34、来来回回共买了4本了，送给糖尿病患者了。物美价廉

35、给妈妈，据说一般

36、老公跟婆婆都有糖尿病，这本书真是及时雨啊，我正为每天都给他们做什么饭吃而发愁呢。

37、不算,很简单,很明白

38、彩页的，主要将实物的特性之类的，不像其他书主要是菜谱

39、为老人买的，给老人了，也不知道看没看

40、给妈妈买的，她挺满意。

41、不错！！~~~！！@~~~

42、送给爸爸的，挺好的一本书

43、全彩印的,看着很舒服,希望通过食疗对老妈的病有所帮助,

44、全部是彩页，字很大，内容很丰富。意外之喜。

45、老妈有点轻度糖尿病，买下来帮助预防，很不错，也算是家庭小医书！

46、这个非常适合大众用户阅读，简单易操作。

47、彩版大页，是正版。字大适合买了送给爸妈，挺好

48、里面内容很多 看起来也比较有趣的排版 应该是权威内容吧？这个要等个医生来评价吧

49、妈妈有糖尿病 里面是彩色的 字体也挺好 不错 老妈肯定很喜欢

50、妈妈有糖尿病，买来给妈妈看的，妈妈看了几页后说，感觉还不错，再不用为吃什么发愁了，但愿妈妈身体健康。

51、图文并茂，还不错，多少有点用

52、老妈在书店看到让我帮忙买的，却是便宜了不少啊

53、买给婆婆的，前几年给老人买过很多相关的书籍，别说她了，我都一个字看不进去。这个书很好，吃什么，吃多少，怎么吃，一目了然，妈妈很高兴！

54、很全的一本书，质量也很好

55、妈妈再也不担心我的糖尿病了.....

56、很好，而且是彩图的，送给老人家是不错的选择。

57、物超所值，非常开心！字体大，图文并茂，正好给父母看。而且书很新，拿在手中舒服！

58、全彩的书看起来就是不一样

59、图文并茂，有效的科普作品，生活的必备参考书。

60、印刷精致，图文并茂，挺好的一本书，还是协和的医生写的，挺有说服力，不一定顿顿照着书上写的吃，平常做饭的时候注意点，就好很多了。

61、挺好的，解决了血糖高的人群到底什么能吃什么不能吃的的问题，不用每天紧张兮兮的饿肚子降血糖了！

62、适合血糖高的中老年人

63、送给老爸的，他很喜欢。内容我没看，不好评价。

64、这本书买来送给奶奶的，奶奶觉得挺不错。字很大，可以清晰地看得见

65、可以知道妈妈，不错！

66、希望患有糖尿病的人，在吃上能好过些！

67、只是为了增长一下家里人的基本知识吧

68、对病人很有用

69、搞活动时买的，挺厚的一本，比较值吧。

《糖尿病如何吃》

- 70、给岳母买的，希望对她健康有帮助
- 71、该书完全是“攒书”骗钱的，父亲的主治医生多次强调糖尿病人不能吃花生、土豆等食物，在这边书里却被作者推荐，类似的列子很有很多。买这边书完全上当
- 72、因协和医院出的书才买的，但仔细读了以后，感觉有**的感觉，2/3的篇幅没什么用。
- 73、糖尿病总是不让吃这不让吃那，买这本书看看能吃啥。
- 74、家里有糖尿病人，希望能有用
- 75、是彩页的，图文并茂，价钱也好！
- 76、书的质量很好，送给妈妈的，希望她用的上。
- 77、刚拿到手就对书的印刷质量深表满意，配图十分清晰、鲜艳，纸质很好。连夜看完，对糖尿病的饮食有了简单的认识，后来又看了一遍，感觉书里说得十分有道理。还配有简单易做得菜谱，再也不用为吃什么头疼了。原来糖尿病得饮食也可以这么简单！
- 78、印刷精美，大概翻了翻，内容也比较实用！是本好书，翻翻学点东西，价钱也不贵。真太超值了！送给哥哥看的，希望他能好好保重自己！
- 79、才收到货没几天就降了5元，伤不起.....不过书的内容不错，对我来说比较实用，版面啥的也很喜欢，赞一个！
- 80、买来是为了给妈妈做些既可口又有营养的菜。
- 81、妈妈身体一直不好，平时血糖尿糖一高就不知道该怎么吃了，这回买了这本书，可以作参考了，书质量很好，很喜欢。
- 82、糖尿病如何吃（彩版）是一本非常高质量的好书，适合任何文化水平的人看，通俗易懂，易操作，对家有糖尿病的患者非常有用。
- 83、图文并茂 像是菜谱一样
- 84、非常满意，内容还是比较实用的，配有彩图，可以照着书学做菜，不会感到枯燥，菜品也丰富*
- 85、很好，里面很全
- 86、这书质量很好，讲的也很详细
- 87、不错，比超市的便宜，质量也很好
- 88、书的开头对糖尿病的食疗控制的理念阐述的很清楚，但后面的食材选择上感觉有点照搬一般食物功效介绍，而缺乏糖尿病的针对性，很多大多医生不建议的吃的食物也列出来。感觉列一个最适合或最具有降糖、促进胰岛分泌和功能的菜谱要更实用些。
- 89、婆婆有糖尿病，是不错的指导书。就是有点脏了！
- 90、东西很好，有帮助
- 91、老妈很喜欢，呵呵
- 92、duitangniaobinghenyoubangzhu
- 93、我也不大懂，反正妈妈喜欢就行~
- 94、父亲得了糖尿病，不知道吃什么，买了这本书，感觉很实用！
- 95、彩板的....内容翻看了一下 还蛮实用！
推荐。
- 96、糖尿病如何吃
- 97、这本书针对糖尿病人很有好处，喜欢
- 98、挺合适她看的，希望对她的饮食有帮助
- 99、彩页，有一些食疗的方法。
- 100、这本书有图片，写的也简单明了，老年人容易看懂，这本书真的很好！
- 101、给奶奶看的，她看了之后很喜欢。彩图配上文字，说明的很详细。只是这本书只有能吃什么，要是再有不能吃的食物介绍就完美了，

《糖尿病如何吃》

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.tushu111.com