

# 《降血糖食物与食疗方》

## 图书基本信息

书名：《降血糖食物与食疗方》

13位ISBN编号：9787508272955

10位ISBN编号：7508272951

出版时间：2012-3

出版社：金盾出版社

页数：318

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](http://www.tushu111.com)

# 《降血糖食物与食疗方》

## 内容概要

《降血糖食物与食疗方》简要介绍糖尿病的基础知识，重点阐述常见的36种具有降血糖作用的食物及其组成的食疗方，每方包括用料、制作、用法和功效。其内容丰富，科学实用，适合广大糖尿病患者及其亲属阅读。

# 《降血糖食物与食疗方》

## 作者简介

季昌群，硕士，丰盛集团董事长，南京中医药大学丰盛健康学院院长，南京中医药大学董事会副董事长，南京大学校董，世界健康生活方式促进会联合总会主席，国际药膳食疗学会江苏分会副会长。多年来，致力于具有传统中医特色的养生、保健、健康管理等学科门类的教学、科研和人才培养工作，秉承中医治未病的观念，积极探索非药物自然疗法在养生保健方面的应用与研究。获国家及省、市各种奖项50余项，主编健康保健著作6部。谢英彪，南京中医药大学三附院教授、主任医师、名医馆终生专家。现兼任国际药膳食疗学会（香港）副会长及江苏分会会长、中华中医药学会营养药膳专家分会常务理事、南京科普作协副理事长、日本本草药膳学院客座教授等职。主编食疗烹饪著作百余部，获科技进步奖、优秀图书奖18项。多次赴日本、港台等地讲学。

# 《降血糖食物与食疗方》

## 书籍目录

- 一、糖尿病的基础知识
- 二、糖尿病的饮食调控
- 三、有降血糖作用的食物与食疗方

### 章节摘录

版权页：俗话说，良药苦口利于病。我国历代医家十分看重苦瓜的药用价值，认为苦瓜性味苦，寒，入心、肝、肺三经，功专消暑涤热，解毒，明目。《泉州本草》记载，苦瓜“主治烦热消渴引饮，风热赤眼，中暑下痢”。《滇南本草》也记载，苦瓜“治丹火毒气，疗恶疮结毒，或遍身已芝麻疗疮疼难忍”，“泻六经实火，清暑，益气，止渴”。现代医学研究资料表明，苦瓜含有蛋白质、脂肪、糖类、粗纤维，以及钙、磷、铁、镁、锌等矿物质和胡萝卜素、维生素B1、维生素B2、维生素C、烟酸等活性成分。苦瓜果实中含有苦瓜苷，并含有5-羟色胺和多种氨基酸，如谷氨酸、丙氨基、苯丙氨酸、脯氨酸、一氨基丁酸、瓜氨酸、半乳糖醛酸及果胶等。现代药理研究发现，苦瓜具有降血糖作用。动物实验研究发现，给家兔灌服苦瓜汁后，可使血糖明显降低；给家兔口服苦瓜苷也可降低血糖，作用方式与甲苯磺丁脲相似而较强，它是通过胰腺、非胰腺两种途径而发挥作用的。对摘除胰腺的猫进行实验，其降血糖作用并未完全消失也证实了这一点。在国外，苦瓜的降血糖作用也被研究人员证实，据印度的凯赫娜博士报告，从苦瓜中提取出的一种胰岛素样药物（该药物取名为“多肽—P”）用于动物和人的糖尿病，结果与胰岛素同样有效，将来有可能取代胰岛素。在印度，苦瓜就被用来治疗糖尿病。年过60岁的糖尿病患者，25%~45%伴有糖尿病视网膜病变，失明率可高达20%，其白内障发生年龄往往比非糖尿病患者早，且发展迅速。此外，还多发糖尿病性皮肤病变（如多发性疔病，包括面部在内的皮肤瘙痒症等），不仅直接有损容貌，还给学生带来极度的痛苦，使其精神紧张，面容憔悴，皮肤粗糙，毛发枯萎。我国古代医家论述苦瓜可泻六经之火，疗恶疮结毒或遍身已成芝麻疗疮，用现代医学语言表述，就是指苦瓜可治糖尿病，并对糖尿病合并视网膜、皮肤病等症有较好的疗效。现代医学临床报告，某医院用苦瓜制剂治疗糖尿病数百例，临床治愈率高达80%。

# 《降血糖食物与食疗方》

## 编辑推荐

《降血糖食物与食疗方》针对读者关心的热点问题，对糖尿病的基础知识作了内容新颖且重点突出的简介，还介绍了36种价廉物美、疗效确切、安全可靠的降血糖食物及数百个食疗方，供广大糖尿病患者根据病情选用，以便于他们在中西医药物治疗的同时，用食疗辅助降血糖，尽快战胜病魔，早日康复。

# 《降血糖食物与食疗方》

## 精彩短评

1、还不错，讲得很专业很充分，对糖尿病的了解加深了。

# 《降血糖食物与食疗方》

## 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](http://www.tushu111.com)