

# 无麸质饮食完全指南

教客网 · 百万图书阅读与交易网站 ([www.jiaoke.com](http://www.jiaoke.com))

《无麸质饮食完全指南》是由木森编著的营养学图书， 由浙江出版集团数字传媒有限公司出版。教客网提供的图书交易、电子书在线阅读与PDF下载服务， 支持电脑、平板和手机多终端访问，涵盖教材、教辅、文学、科技、艺术等多个领域，是读者查找和收藏图书资源的实用平台。

书名	无麸质饮食完全指南
作者	木森
出版社	浙江出版集团数字传媒有限公司
ISBN	
出版日期	2017-01-01
页数	102
价格	
关键词	无麸质饮食完全指南, 木森, 浙江出版集团数字传媒有限公司, 营养学, 电子书, P
分类	营养学

## 图书介绍

麸质是存在于小麦、大麦和黑麦中的一类蛋白质。在易感人群中，麸质会引起许多症状，比如腹痛、腹泻、消化不良、便秘、疲劳、过敏、头晕、皮疹、自身免疫病甚至精神疾病……而这些症状可归为3种病症，分别是乳糜泻、小麦敏感和小麦过敏；这三者被统称为麸质相关失调。在中国，麸质相关失调可能并不像原先所想得那么罕见。越来越多的研究报道了中国乳糜泻和小麦过敏的病例；也越来越多的人通过排除饮食的方式发现自己存在对小麦的敏感。对于麸质相关失调，目前唯一公认的治疗方式就是进行无麸质饮食。如果你存在麸质不耐受，那么无麸质饮食很可能极大地改善你的身体症状并提升你生活质量。对于如何开始无麸质饮食，许多人可能会存在困惑。而本书就将为你解答你想知道的种种问题。

本书出售、求购与在线阅读地址: <https://www.jiaokey.com/book/detail/96168214.html>

更多营养学图书推荐: 首页: <https://www.jiaokey.com>

木森 其他作品: <https://www.jiaokey.com/book/detail/96168214.html>

浙江出版集团数字传媒有限公司

出版图书: <https://www.jiaokey.com/book/detail/96168214.html>

关键词搜索: 无麸质饮食完全指南: <https://www.jiaokey.com/book/detail/96168214.html>

教客网 提供大量电子书免费在线阅读与 PDF

下载服务, 支持按书名、作者、出版社、ISBN、标签等多维度检索图书资源。