

# 名醫名廚的保健菜單

台北醫學大學家庭醫學科主任級醫師 **謝瀛華**◎合著  
養生料理名家 **郭月英**

**正確飲食與生活習慣更勝醫藥處方箋！**

家醫科權威與養生烹飪專家攜手合作，  
提供您遠離高血壓、冠心病、心肌梗塞、  
肥胖、糖尿病、痛風、  
慢性支氣管炎等慢性疾病的保健飲食法，  
更讓您增強體質，預防感冒、流感等世紀病毒！

1  
4

98177

**HAPPY**  
BODY