

<<家庭自制药膳粥/活出健康DIY>>

图书基本信息

书名：<<家庭自制药膳粥/活出健康DIY>>

13位ISBN编号：9787219044629

10位ISBN编号：7219044623

出版时间：2002-2

出版时间：第1版 (2002年1月1日)

作者：曾辉

页数：153

字数：120000

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：<http://www.tushu007.com>

## <<家庭自制药膳粥/活出健康DIY>>

### 内容概要

药粥是科学地将药物与食物结合而成的特殊膳食，它越来越受到人们的重视，能起到强身延寿的作用，本书精选了适合家庭制作，安全、有效的药粥方五百余种，包括滋补强身美容，防病治病两大类，并对每一粥方的组成，用量、煮制方法、功效及注意事项等作了详细的介绍，使读者看后能懂会用，且达到药食结合，治病强身的目的。

## <<家庭自制药膳粥/活出健康DIY>>

### 书籍目录

什么是药粥 药粥的作用 药粥适用于慢性病及病后调理 药粥对急性病有辅助治疗的作用 药粥有预防疾病的作用 药粥有强身延年的作用 药粥有养颜美容的作用 药粥注重后天脾胃, 治养一体 药粥的选用 因人、因地、因时选粥 调味适口, 交替选粥 病症复杂, 合并选粥 药粥的煮制方法及调味品的选择 药粥的煮制方法 调味品的选择 药粥的注意事项 煮制药粥的注意事项 选择容器的注意事项 选择药物的注意事项 病人忌口的注意事项 药粥方选 补益类药粥方 补气药粥方 补血药粥方 补阴药粥方 补阳药粥方 补脾胃药粥方 补肝肾药粥方 美容保健药粥方 防病治病类药粥方 感冒 暑热病 温热病 咳嗽 哮喘 肺结核 .....

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:<http://www.tushu007.com>