

<<最新家庭常见病料理食谱>>

图书基本信息

书名：<<最新家庭常见病料理食谱>>

13位ISBN编号：9787227031055

10位ISBN编号：7227031055

出版时间：2006-3

出版时间：宁夏人民

作者：张航

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>

## <<最新家庭常见病料理食谱>>

### 内容概要

食疗，顾名思义，就是以食物或食用药物为原料，加之调味品，以各种烹制手段制作而成的既有较高营养价值、又可防病治病、强身健体的膳食。

中医理论认为，食疗药膳最宜扶正固本。

这是由于食疗所用食物和药物多系补品，形为食品，性则为药品，它取药物之性，用食物之味，共同配伍，相辅相成，能起到食借药力、食助药威的协同作用，达到药物治疗和食物调养的双重功效。

在防病治病上，与单纯的药物治疗具有异曲同工之妙。

正是因为这一点，我们编写这套“最新养生保健食疗系列”，力求充分利用我国丰富的饮食文化和烹调方法，为读者服务，把健康交给广大群众自己，从而尽可能地减轻广大疾病患者医疗费开支负担。

浏览古籍文献，有关中医食疗药膳的内容博大精深，汗牛充栋，其中的确有不少的枕中之秘、囊中之珍可供我们选用。

我们在选编这套丛书时，力求去粗取精、去伪存真、删繁就简，在广泛收集古今药膳资料的基础上，本着科学性、实用性、可行性“三结合”的原则，对资料加以分类、总结、提炼、升华，形成了《女性养颜健体食谱》《男性强身健康食谱》《老年健康益寿食谱》《儿童营养保健食谱》《常用养生保健食谱》《家庭常见病料理食谱》6个分册。

每一分册均以浅显、通俗的语言表达，科学系统介绍了各种病症的食疗药膳的制作方法。

每组药膳方均从“原料”“功效”“做法”“用法”四个方面作了详细的介绍，言简意赅，以方便读者能够“看得懂、学得会、用得上”。

尽管食疗药膳种类繁多，疗效确切，但并非每一种食疗药膳方均适合于任何人。

这是因为各人的体质不同，临床表现也各异。

因此，在选择和应用食疗时，应该按照中医辨证施膳的原则，根据自己的证型加以甄选。

用爱做好菜，用心烹佳肴。

本书是《养生保健食疗系列》中的一册，汲取古今食疗药膳之精华，融健康、强身、治百病于一体，详细介绍了数十款适合常用养生保健的营养美味菜肴。

并以简洁的文字和精美的彩图对每款菜肴的用料配比、制作方法、成品特点、营养成分及药理和疗效、操作提示均作了详细的介绍。

这些菜肴原料易取，搭配科学，设计精细，营养丰富。

是集食补与食疗于一体的科学饮食指导用书。

<<最新家庭常见病料理食谱>>

书籍目录

第一章 内科病症食疗方法 一、感冒(19方) 二、流行性感(8方) 三、咳嗽(21方) 四、急性支气管炎(6方) 五、慢性支气管炎(12方) 六、支气管哮喘(15方) 七、肺结核(7方) 八、头痛(11方) 九、眩晕(11方) 十、神经衰弱(7方) 十一、心悸(13方) 十二、急性胃肠炎(5方) 十三、消化性溃疡(4方) 十四、胃下垂(4方) 十五、病毒性肝炎(9方) 十六、胆囊炎(5方) 十七、急性阑尾炎(4方) 十八、泌尿系统结石(4方) 十九、泄泻(6方) 二十、痢疾(8方) 二十一、便秘(4方) 二十二、发热(5方) 二十三、中毒(6方) 二十四、维生素A缺乏症(4方) 二十五、贫血(5方) 二十六、失眠(8方) 二十七、急性肾炎(2方) 第二章 外科及骨科病症食疗方法 一、浮肿(5方) 二、复发性口腔溃疡(3方) 三、牙痛(4方) 四、鼻出血(5方) 五、过敏性鼻炎(3方) 六、急性结膜炎(4方) 七、麦粒肿(4方) 八、疥疮(4方) 九、痔疮(4方) 十、颈椎病(6方) 十一、肩周炎(9方) 十二、腰肌劳损(6方) 第三章 皮肤科病症食疗方法 一、湿疹(4方) 二、皮肤瘙痒症(6方) 三、荨麻疹(4方) 四、脓疱疮与牛皮癣(2方) 五、脚气(4方) 第四章 常见肿瘤病症食疗方法 一、癌症(6方) 二、食管癌(6方) 三、胃癌(6方) 四、肝癌(4方)

## <<最新家庭常见病料理食谱>>

### 章节摘录

书摘一、感冒感冒俗称“伤风”，为临床常见的外感疾病之一，多由感受风邪所致，多发于气候突变、寒暖失常之时，或因起居不慎、冷热不调、雨淋受寒等使人体腠理疏懈、卫气不固、风邪乘虚侵袭而致病。

以头痛、鼻塞、流涕、恶寒、发热等为主要临床表现。

感冒在一年四季均可发生，尤以春、冬季为多。

不同的季节，风邪往往随时气而侵入，造成的感冒症状亦各异，一般分为风寒型、风热型和暑湿型3种类型。

1.风寒型 主要症状为怕冷较重，发热较轻，鼻塞声重或鼻痒喷嚏，流涕清稀，喉痒、咳嗽、痰多稀薄，头痛无汗，肢体酸痛，口干渴，舌苔薄白。

治疗时以辛温解表，发散风寒。

2.风热型 主要症状为发热较高，怕冷较轻，汗出不畅，鼻塞、流黄涕、咽痒、咳嗽、痰少而黄稠、口渴，四肢关节痛，小便短黄，舌尖边略红，舌苔薄白或微黄。

治疗时以辛凉解表，疏散风热为宜。

3.暑湿型 四季均可发生，尤以夏季多见。

其症状为身热、微恶心、汗少，肢体酸重，头昏胀痛，咳嗽痰黏，鼻流浊涕、心烦，口渴或口中有黏腻，渴不多饮、胸闷、恶心，小便短赤，舌苔薄黄而腻。

治疗时以清暑祛湿解表为宜。

因此，治疗感冒时应对症下药。

下面推荐一些常用的补益食疗方，供大家选用。

P1

## <<最新家庭常见病料理食谱>>

### 编辑推荐

用爱做好菜，用心烹佳肴。

本书是《养生保健食疗系列》中的一册，汲取今食疗药膳之精华，融健康、强身、治百病于一体，详细介绍了数十款适合家庭常见病料理的营养美味菜肴。

并以简洁的文字和精美的彩图对每款菜肴的用料配比、制作方法、成品特点、营养成分及药理和疗效、操作提示均作了详细的介绍。

这些菜肴原料易取，搭配科学，设计精细，营养丰富。

是集食补与食疗于一体的科学饮食指导用书。

<<最新家庭常见病料理食谱>>

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>