

<<家庭实用养生食疗>>

图书基本信息

书名：<<家庭实用养生食疗>>

13位ISBN编号：9787309089691

10位ISBN编号：7309089693

出版时间：2012-7

出版时间：复旦大学出版社

作者：吴国忠，薛文隽 编

页数：151

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>

<<家庭实用养生食疗>>

内容概要

《家庭实用养生食疗》主要介绍常见病的食疗方法，并按心血管系统、内分泌系统、呼吸系统、消化系统等疾病的养生、康复顺序进行排列。

每一食疗方法详细介绍了食物组成、制作方法和用途；所选食物或天然药物均以使用方便、容易获得为原则；制作方法力求简单明了。

所有天然药物组成均配以图片，构图细节仔细斟酌，风格力求典雅清新，食材组方交代清晰。

《家庭实用养生食疗》既适用于教学，又适合普通读者使用，可供学习中医药知识的中、外籍学生使用，也可供广大喜好传统中医食疗方法的中、外籍读者参考。

<<家庭实用养生食疗>>

书籍目录

1 概述1.1 中医药理论为指导1.2 独特的食养卫生学说1.3 防治并重，以防为主1.4 辨证施食2 中国食疗养学的理论基础2.1 食物的四气五味2.2 精气学说2.3 脏器互补理论2.4 食物禁忌原则3 食疗分类及制备3.1 粥类3.2 汤羹类3.3 菜肴3.4 饮料4 食物的中医分类具有营养保健作用的食物具有治疗作用的食物5 常用的食疗5.1 心血管疾病高血压病山楂麦冬饮红枣芹菜根汤枣菊汤荸荠绿豆饮海带菠菜汤苹果西芹茼蒿汁杞菜糯米粥车前茼蒿汤芹菜汁芹菜拌豆腐茼蒿菊花饮蜂蜜决明汤鸭肉煮海带荠菜夏枯草汤丹参黑白木耳羹高脂血症黑芝麻粥山楂陈皮红糖饮香菇茶绿豆大黄饮大蒜萝卜汁决明核桃芝麻羹乌鸡乌贼当归汤苑子白菊花茶首乌红枣粥首乌归地汤葵花籽山楂汤山楂消脂饮玉米木耳粥.....

<<家庭实用养生食疗>>

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>