

<<补肾壮骨药膳>>

图书基本信息

书名：<<补肾壮骨药膳>>

13位ISBN编号：9787530430743

10位ISBN编号：7530430742

出版时间：2005-4-1

出版时间：北京科技出版社

作者：彭铭泉

页数：122

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>

## <<补肾壮骨药膳>>

### 内容概要

中医学认为骨质疏松主要由肾虚造成。

肾居下焦，主骨、藏精、生髓，由于年龄衰老或疾病导致肾虚会影响骨和髓，产生腰酸腿软，乏力疲惫，筋骨软弱等症状，相应的调理治疗也以补肾为主，并常常配合补脾的药物以加强疗效，使消化吸收功能增强，筋骨强健。

补肾壮骨药膳不仅对骨质疏松有良好调治作用，对一些轻症的风寒湿气导致的筋骨酸痛也有疗效，对于其他一些肾虚关系密切的疾病，如一些男科、妇科病，部分此类药膳也有辅助治疗作用。

总结补肾壮骨类药膳的特点，主要以温补炖品为主！

这里还需特别指出的是，凡属国家保护动、植物，应加以保护，不得随意取食。

必须炮制的药物，请到中药店购买炮制好的再使用。

在食用药膳时，如有医师指导，更能收到辨证施膳的效果。

本书适用于一般家庭成员、保健工作人员、医务人员、患者、药膳食疗爱好者以及日常工作劳碌的各行业人士阅读。

<<补肾壮骨药膳>>

作者简介

彭铭泉教授生于 1933 年，重庆市人，大学文化。

他从 1980 年开始首先提出现代药膳这一概念，开创了中药膳学这一崭新的学科，使药膳成为商品，并在全国乃至世界创办了第一家药膳餐厅——成都同仁堂，至今深受国内外顾客的赞赏。

他在国内外有关报刊上发表了论文 300 余

## &lt;&lt;补肾壮骨药膳&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 炖煮类药膳 猪棒骨补骨脂煮莴苣(温) 锁阳炖猪蹄(温) 黑芝麻炖泥鳅(平) 杜仲炖鱼肉(平) 菟丝海参炖羊肉(温) 肉苁蓉鱼煲(平) 鹿角胶炖乌龟(温) 附片牛膝炖乳鸽(温) 蓉芪菟丝炖乌鸡(温) 虫草炖鲍参(温) 贝草海参煲(温) 芝蓉双鞭鸡(温) 五子补肾鸡(温) 杜仲茱萸雄鸡煲(温) 蛤蚧乌鸡煲(温) 补肾乌鸡煲(温) 龙骨人参鸡(温) 牛膝补骨鸡(温) 龙牡补肾鸡(温) 牛膝炖甲鱼(平) 龙骨人参炖黄雌鸡(温) 桑椹金樱炖牡蛎(温) 二骨补肾鸡(温) 桃膝炖驴筋(温) 黄芪核桃炖猪蹄(温) 蓉断炖童子鸡(温) 菟丝子炖牡蛎肉(平) 参蓉炖鱼肚(温) 骨碎补炖乌鸡(温) 实骨炖豆(温) 锁阳牛膝骨煮扁豆(温) 锁阳胫骨煮猪腰(温) 羊藿炖羊肉(温) 苁蓉蚕蛹炖棒骨(温) 骨脂炖龟(平) 苁蓉脊骨煮花生仁(温) 海马炖海带(平) 牛膝赤豆炖冬瓜(平) 续断炖猪腰(温) 骨碎补炖猪蹄筋(温) 双胶童子鸡煲(温) 十味炖乌鸡(温) 巴戟番薯炖狗肉(温) 鲜蘑牛鞭(温) 龙马鱼翅(温) 肉苁蓉炖羊肾(温) 巴戟煮大虾(温) 黄精炖龟肉(凉) .....第二章 汤羹类药膳第三章 炒菜及其他药膳

<<补肾壮骨药膳>>

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>