

<<家庭进补600问>>

图书基本信息

书名：<<家庭进补600问>>

13位ISBN编号：9787534110986

10位ISBN编号：753411098X

出版时间：1998-12

出版时间：浙江科学技术出版社

作者：何赛萍

页数：307

字数：240000

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>

## <<家庭进补600问>>

### 内容概要

本书以中医理论为依据，全面地介绍了进补的基本常识。

在“进补的一般知识”篇中，将告诉您如何选择适合自己的补品，怎样采购、贮藏补品以及怎样正确地服用补品。

在“常用的补品”篇中，详细介绍了常用补品的性味、作用、适用人群及名贵补品真伪鉴别的要点。

在“四季进补”篇中，根据春、夏、季、冬四季的不同气候特点，精选了许多种进补方。

在“病证的进补”篇中，对患者及各种体虚、体弱的人如何开展进补分别进行了指导。

在该篇中还收录了不少单验方，以方便读者在进补的同时进行治疗。

<<家庭进补600问>>

书籍目录

进补的一般知识 什么叫进补 进补有什么讲究 什么是虚证 阳虚有哪些表现 阴虚有哪些表现 气血虚有哪些表现 进补对人体有哪些好处 进补的原则是什么 进补为何要重视脾胃 是否只有冬季才能进补 进补有哪些种类 进补会产生害处吗 怎样选择适合自己的进补方法 进补有哪些忌讳 进补时如何安排日常饮食 进补时需不需要忌口 进补后饭吃不下怎么办 进补后容易出汗怎么办 进补后发胖怎么办 进补时突然生病怎么办 感冒患者能否继续服用补品 进补后效果不明显怎么办 补药如何分类 怎样煎补药 煎补药时为何要选用砂锅 补药如何贮存 怎样掌握服补药的剂量 补药如何服用 补药变质后能否服用 怎样选择补益中成药 有补阳作用的中成药主要有哪些 有补阴作用的中成药主要有哪些 用平补作用的中成药主要有哪些 有补气作用的中成药主要有哪些 有补血作用的中成药主要有哪些 食补的食物品种有哪些 食补有哪些好处 不同年龄的人怎样选择食补 食补配料有何讲究 补品怎样科学制作 什么叫药膳 药膳有哪些特点 药膳的用法和用量如何掌握 药膳的烹调方法有哪些 什么叫药粥 药粥有什么特色 吃药粥对人体有哪些好处 制作药粥有哪些方法 煮粥有哪些讲究 吃药粥要注意哪些问题 .....常用的补品四季进补病证的进补

<<家庭进补600问>>

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>