

图书基本信息

书名：<<点击中药-识药、购药、用药>>

13位ISBN编号：9787535752147

10位ISBN编号：7535752144

出版时间：2008-5

出版时间：湖南科学技术出版社

作者：李文海

页数：118

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>

## <<点击中药-识药、购药、用药>>

### 内容概要

《点击中药：识药 购药 用药》是专门为第一次购买中药的您准备的入门读物。

《点击中药：识药 购药 用药》从识药、购药、用药三个角度，对您可能遇到的各种需求、疑惑、不安提供诸多简单明了的帮助。

中药知识也可以简单易懂。

《点击中药：识药 购药 用药》内容更多地采用了图文并茂的写作方法，试图通过一系列通俗易懂地讲述，向您介绍一些有关的中药知识，诸如如何认识中药、如何选购中药、如何煎煮中药、如何服用中药等常识。

您在阅读《点击中药：识药 购药 用药》过程中，会惊奇地发现原来中医药知识并不那么难懂！

## 作者简介

李文海，1959年入北京协和医科大学，曾随北京中医药大学超绍琴教授学习中医，现为中西医结合内科教授。

在教学、临床之余、喜欢医学科普创作，曾先后编著出版《中医临证绝招》、《起居疗法》、《背脊疗法》、《家庭医生芦荟》等十余本中医科普图书，在全国各地报刊发表科普文章500余篇。

## 书籍目录

一 中入门第一步治病养生两相宜中药书开卷有益买中药的技巧去正规药店买中药什么价格的中药是好药与药店打交道的技巧处方中药与非处方中药中医用药有禁忌如何服中药中西药合用要当心二 用的第一要点学点中成药知识学点中医治病知识了解常用的中医名词中药可以治哪些病中药有四类性质：温凉寒热眼中药要与体质相对应三 进补知识使生活添乐趣进补之前先“补底”进补注意事项6则需要进补的6种人四季进补方式各不相同常见补品4大类常用的补剂有哪些炖补品不难补药与肉同煮相得益彰吃错补品别慌张四 自己动手做药膳药膳也是药药膳治病招数多选择药膳的药材有学问药膳的调料也是药药膳搭配调理如用兵五 火眼金睛识中学会挑选药材中药剂型有多种六 明明白白看中处方中药不传之秘在于量中药计算重量要用克中药的同名异物和同物异名七 药材的煎煮与保存学会煎中药怎样保存中药

章节摘录

一 中药入门第一步 1 治疗养生两相宜 中医是国粹，是中华民族繁衍生息的有功之臣，它的历史与中华民族一样悠久。

中药是中医文化中的重要部分，它与西药虽说都是药，但中医的“补法”是中药治虚证的独特而有效的绝招。

中药具有治病与养生两个不可分开功能。

药膳是在“药食同源”理论的指导下，将治病与养生两种作用完美结合的产物，是中医养生学所特有的药食相结合的用药方式。

中药的味道并不总是难以下咽。

药膳可使中药变得美味可口。

中药妙用 (1) 治病功效 中药的治病功效包括：病因治疗，是指消除疾病发生的原因，即治本作用。

症状治疗，是指改善疾病的症状，即治标作用。

(2) 保健养生功效 中医十分强调“治未病”，服用补益中药不仅能补充体内气血的不足，而且还可以增强身体的抗病能力，从而具有。

有病治病，无病强身，抗衰延年益寿”的功效。

正如我国唐代著名养生学家孙思邈所说：“中年以后。

养药（补药）当不离身……一四十岁以上……须服补药；五十岁以上，四时勿缺补药；如此，乃可延年得养生之术耳。

”如此身体力行，他活到了101岁。

2 中药书开卷有益 买中药需要看书吗？

这是毫无疑问的。

因为在购买中药前，如果你能对中药的性质、作用及相关的基本知识有所了解的话，就能够做到心中有数。

如知道所服中药主要是针对什么症状、煎药及服用时注意什么事项，服用后人体会有什么反应等。但传世的中药书籍可以用“汗牛充栋”来形容，初学者应从哪些书学起呢？

编辑推荐

中药知识简单易懂，药膳健体也可口，《点击中药：识药 购药 用药》阅读轻松有趣。

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>