

<<健身调理汤谱>>

图书基本信息

## <<健身调理汤谱>>

### 内容概要

本书以中医理论为主，采取中西医结合的观点，着重介绍既有一定疗效、且美味可口并较普及的健身食疗汤品，所选汤品皆根据历代各家的精华及民间传统验方，并结合作者多年的实践经验和最新的科研成果编写而成，全书分为健美延寿，儿童保健，妇女调理和男士调理等四部分，共约350余款汤品，为适合不同层次的读者的需要，每款的汤品还分别介绍其用料、制作、功效、适应证、配伍意义和使用注意等项。

<<健身调理汤谱>>

书籍目录

一、健美延寿汤谱 1、降脂减肥健美 2、降压化痰宁心 3、益肾支脂降糖 4、美发抗衰延寿二、儿童保健汤谱 1、消积化滞 2、健脾益胃 3、助长益智 4、防治调养三、妇女调理汤谱 1、补虚调经 2、祛湿止带 3、育胎保产 4、补虚催乳 5、强壮祛风四、男士调理汤谱 1、滋阴益精 2、温肾壮阳 3、涩精缩尿 4、壮腰健肾

<<健身调理汤谱>>

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>