

<<食疗>>

图书基本信息

书名：<<食疗>>

13位ISBN编号：9787506250283

10位ISBN编号：7506250284

出版时间：2006-9

出版时间：世界图书出版公司

作者：潇雪

页数：212

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>

## &lt;&lt;食疗&gt;&gt;

## 内容概要

用食物治病的方法，在我们国家已经有很长的历史了，西周至春秋战国成书的《论语》就提出了“五谷为养，五果为助，五畜为益，五菜为充，气味合而取之，以补养精气”的膳食种类及配伍原则；东汉时期的本草学专著《神农本草经》中，已经有了对红枣、人参、枸杞、生姜、葱白等药食两用药物较为详细的论述。

此后关于食物治病的民间验方层出不穷，各种各样的理论专著也一一问世，使“食疗”这一祛病延年的好办法越来越深入人心。

尤其是现在，随着人们物质生活的不断提高，快节奏、高强度、高效率的现代生活，使众多忙忙碌碌、精神压力过大的人们前所未有地重视起自身保健；化学药物的毒副作用，使人们“重返大自然”的返朴归真的。

动理越来越强烈。

健康长寿成了人们梦寐以求的目标。

在这种大的背景之下，食疗这一独特的中华文化宝库的奇葩，越来越显示出她深厚的底蕴和夺目的光彩。

但是一般的普通家庭，对食疗的知识了解得太少。

因此，为了满足百姓的这一需求，我们编选了这本《食疗》。

本书在编选过程中，注重选取取材方便，制作简易，服用方便，安全有效的食疗方。

可供读者根据自身的健康状况和病情需要，对症选方，自制自用。

在裹腹充饥，获得美味可口的佳肴的同时，又不知不觉地驱逐了病魔，真是人生的一大快乐，何乐而不为呢？

## &lt;&lt;食疗&gt;&gt;

## 书籍目录

一、气血亏虚 鹌蛋莲杞汤 鲍鱼芦笋汤 金针茯苓牛心汤 牛心红枣汤 阿胶蒸鸡肉 参枣牛心汤 牛骨髓炒米粉茶 牛骨髓地黄汤 牛尾白通枸杞汤 羊肉糯米粥 太子羊肉羹 归芪羊肉粥 猪肾核桃参芪汤 猪脊骨炖莲藕 参芪蒸鹿肉 参归芍地蒸乌鸡 参芪乌鸡 汽锅乌鸡 十全大补鸡 荷花莲肉鸡汤 荷花糯米粥 荷花拌火腿 驴肉枣药汤 驴肉汤 参芪驴肉汤 卤驴肉 阿胶参枣汤 参杞狗肉 参芪兔肉汤 山药炸兔肉 芪枣猪瘦肉汤 参芪酱肘 红枣煨肘 猪肝当归补血汤 八珍全鸭 鲜虾沙姜汤 杞参茶 枸杞地麻酒 荔枝炒鸡球 龙眼红枣汤 龙眼鸽蛋汤 龙眼酒 樱桃膏 番木瓜酒 葡萄小枣糯米粥 蚂蚁黄芪散 白蚁卵炒鸡蛋……二、感冒 三、支气管炎 四、高血压 五、低血压 六、便秘 七、高血脂 八、糖尿病 九、痢疾 十、肺部疾病 十一、胃部疾病 十二、胆脏疾病 十三、肝脏疾病 十四、肾脏疾病 十五、心脏病 十六、肛肠病 十七、关节、骨病 十八、皮肤病 十九、眼部疾病 二十、耳部疾病 二十一、鼻腔疾病 二十二、口腔病 二十三、咽喉病 二十四、乳腺病 二十五、月经病 二十六、性功能障碍 二十七、前列腺病

<<食疗>>

章节摘录

插图

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>