

<<百草养生逸闻>>

图书基本信息

书名：<<百草养生逸闻>>

13位ISBN编号：9787509119297

10位ISBN编号：7509119294

出版时间：2008-07

出版时间：人民军医出版社

作者：彭先髦

页数：366

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>

<<百草养生逸闻>>

内容概要

本书汇集了159种日常生活中常用中药，按滋补抗衰、补血、理气止痛、温里助阳、祛痰止咳、祛风除湿、清热消炎、活血化瘀、平肝息风止痛、镇静安神、收敛固涩、驱虫泻下、止血凉血、解表药和健胃消食药分别罗列了其形态产地、传说故事、保健提示和便方推荐等。

另外，还列举了400余种稍作加工可作药膳、100余种禁用于药膳的药物及90余种美容美体常用药物，供读者日常选用。

全书图文并茂，雅俗共赏，适合中药界业内人士和酷爱探究中药渊源者阅读。

<<百草养生逸闻>>

书籍目录

一、滋补抗衰药 1.山药 2.大枣 3.蛤蚧 4.鹿 5.沙参 6.鳖 7.核桃 8.灵芝 9.黄芪 10.白扁豆 11.人参 12.太子参 13.甘草 14.西洋参 15.党参 16.枸杞 17.龟 18.冬虫夏草 19.肉苁蓉 20.石斛 21.菟丝子 22.黄精 23.莲藕 24.续断 25.附子 26.五味子 27.芡实 28.栗子 29.石菖蒲 30.女贞子 31.松花粉二、补血药 1.阿胶 2.地黄 3.龙眼 4.当归 5.芍药 6.桑树 7.何首乌 8.荔枝三、理气止痛药 1.佛手 2.玫瑰 3.香附 4.薤白 5.枳实(枳壳) 6.沉香 7.橘四、温里助阳药 1.仙茅 2.骨碎补 3.丁香 4.吴茱萸 5.蛇床子 6.胡椒 7.硫黄 8.萆薢 9.艾 10.花椒 11.沙苑子(蒺藜)五、祛痰止咳药 1.百合 2.款冬花 3.银杏 4.杏仁 5.猪牙皂 6.白附子 7.半夏 8.瓜蒌 9.藜芦 10.天冬、麦冬六、祛风除湿药 1.苍术、白术 2.土茯苓 3.千年健 4.蛇 5.威灵仙 6.车前草 7.蟋蟀 8.五加皮 9.薏苡仁 10.茯苓 11.豆蔻 12.厚朴 13.淡竹叶 14.木瓜 15.乌头 16.赤小豆 17.徐长卿 18.茵陈 19.鸡血藤七、清热消炎药 1.芦荟 2.栀子 3.金银花 4.蒲公英 5.金钱草 6.黄芩 7.大黄 8.马齿苋 9.蚯蚓 10.牛黄 11.猴枣 12.夏枯草 13.青蒿 14.珍珠 15.鱼腥草 16.石膏 17.犀角 18.决明子(草决明) 19.青黛 20.马勃 21.黄连 22.冰片八、活血化瘀药 1.刘寄奴 2.月季 3.益母草 4.凌霄花 5.红花 6.水蛭 7.王不留行 8.川芎 9.穿山甲 10.麝香 11.苏合香九、平肝息风止痛药 1.全蝎 2.蜈蚣 3.天麻 4.钩藤十、镇静安神药 1.合欢花 2.牡蛎 3.琥珀 4.远志 5.龙骨 6.朱砂 7.酸枣仁十一、收敛固涩药 1.乌梅 2.石榴 3.五味子 4.禹余粮十二、驱虫泻下药 1.槟榔 2.牵牛子 3.使君子十三、止血凉血药 1.槐 2.牡丹 3.蒲黄 4.白及 5.三七十四、解表药 1.菊花 附1:野菊花 附2:万寿菊 2.牛蒡子 3.蝉蜕 4.桂枝 5.辛夷 6.麻黄 7.生姜 8.独活十五、健胃消食药 1.梅 2.莱菔子 3.山楂附录A 能做药膳的中药附录B 不宜制作药膳的中药附录C 常用美容中药

编辑推荐

《百草养生逸闻》首先从中医文化角度，谈及养生之道。其以历史典故、养生案例、轶事佳话，文人墨客的药诗、药联、药迷、药事，引入中医文化的自然属性。花鸟虫鱼，大千万有，既可入药，也可入诗，可见不仅是医易同源，医儒也是同流的。故自古以来，多称中医为儒医。作者广征博引，探索揭秘，药学、史学、文学相互交融，使读者体味到中药的奥秘就在于其自然灵性。诗学融于药学，可令读者于怡情悦性之中倍加彰显汤药养生之妙。重点介绍了每味中药的保健功效，推荐一些简方、验方、组方及食疗方案，注有保健提示、用量用法、性味归经，便于读者在养生保健中具体操作。

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>