

<<别跟我说你懂水果>>

图书基本信息

书名：<<别跟我说你懂水果>>

13位ISBN编号：9787530860427

10位ISBN编号：7530860429

出版时间：2012-12

出版时间：段二虎 天津科学技术出版社 (2012-12出版)

作者：段二虎

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>

<<别跟我说你懂水果>>

内容概要

《别跟我说你懂水果》既有实物图片对照，又有“食用方法”、“营养成分”、“保健功效”、“药用功效”、“药用验方”、“食用宜忌”等，而且《别跟我说你懂水果》独辟蹊径，增加了“美容果肴”、“小常识”等涉及日常生活的实用小技巧和知识，增强了《别跟我说你懂水果》的可读性和实用性，使专业晦涩的科学养生读物变成了通俗易懂的“贴身健康小锦囊”。

<<别跟我说你懂水果>>

作者简介

段二虎，男，1976年生，毕业于河北医科大学，有多年从医经验，对中国传统医学有着深入研究。在工作之余编写一些普及医学类图书，出版有《食物养生宝典》等书。

<<别跟我说你懂水果>>

书籍目录

红色大军 苹果 石榴 柿子 草莓 李子 杨梅 沙果 樱桃 荔枝 大枣 枸杞子 金樱子 山楂 黄色天团 芒果 枇杷
甜橙 香蕉 柚 柠檬 木瓜 梨 菠萝 杏子 金橘 杨桃 龙眼 绿色阵营 橄榄 菠萝蜜 甜瓜 桑葚 西瓜 番石榴 猕猴桃
椰子 哈密瓜 罗汉果 粉色佳丽 桃子 海棠 褐色武士 核桃 栗子 无花果 白色天使 白果 紫色霓裳 葡萄 甘蔗 荸荠 乌梅

<<别跟我说你懂水果>>

章节摘录

版权页：插图： 湿疹：熟柿子1个，茶叶细末3克，共捣成膏状，涂患处。

1~2次/日。

功能祛湿止痒。

虫咬丹毒：柿子1个挤烂涂患处。

1~2次/日。

功能解毒抗炎。

过敏性皮炎：青柿子500克，捣烂，加水1500毫升，搅匀后晒7日，装瓶备用。

用时将药液涂患处，3次/日。

功能祛湿消疹。

尿路感染：柿饼2个，灯芯草6克，白砂糖适量。

将柿饼洗净，去柄，灯芯草洗净，共放入锅内，加适量水用小火煎煮20分钟，加白糖调味饮用。

1剂/日，分2次服用，连服3~7日。

功能清心泻火，通利小便。

咳嗽：柿饼6个，茶叶3克，冰糖15克，3味放入瓦罐内炖烂，拌匀即成。

2~3次/日。

哮喘：柿叶30克，蚕砂、炙甘草各10克，3味入锅，加适量水煎汤即可。

2次/日，饮汤。

肺结核咳血：柿饼1个，生鸡蛋1个。

将柿饼切开，同鸡蛋拌匀，用开水冲熟。

吃柿饼和鸡蛋，1次/日。

呃逆：柿蒂、丁香各3克共研细末。

1次开水冲服。

胃寒呃逆：茶叶10克，柿蒂3个，2味加开水浸泡即可。

2~3次/日，温饮顿服。

反复呕吐：柿饼200克，黄酒少许。

将柿饼烧存性，研末，黄酒送下。

服6克/次。

寒温腹泻：柿子皮9克，升麻6克，冬瓜皮30克，干姜6克。

将上4味入锅，加适量水，煎汤。

1剂/日，分2次服饮。

寒湿腹泻：柿蒂适量。

将柿蒂煨成炭，研为细末，装瓶备用。

3次/日，成人每次服15克，患儿减半，用温开水送服。

便血：丝瓜叶、柿叶各50克，薄荷10克，3味共研末。

3克/次，3次/日，用温开水冲服。

脱肛：柿叶10克，藕节30克，茶叶6克，山楂15克。

将4味入锅，加适量水煎汤。

饮汤，1—2次/日。

痔疮肛裂：柿饼3个，地榆9克，2味入锅，加适量水煎汤。

3次/日。

结肠炎：柿蒂6克，陈皮15克，红糖20—30克。

将3味入锅，加适量水煎汤。

饮汤，2~3次/日。

糖尿病：柿叶、绿豆各30克入锅，加适量水煎汤即可。

饮汤，吃豆，2~3次/日。

<<别跟我说你懂水果>>

尿血：柿子干3个，米汤少许。

将柿子干烧存性研末即可。

用米汤冲服柿末。

急慢性尿道炎：干柿饼2个，灯芯草6克，白糖适量。

将前2味入锅，加适量水煎汤，待干柿饼熟时，再加入白糖混合，调匀即成。

食饼饮汤，1剂/日。

肾盂肾炎：柿蒂15克，大黄12克。

将2味入锅，加适量水煎汤即可。

饮汤，2次/日。

遗精：柿蒂12克，枣仁24克，百合20克。

将3味入锅，加适量水煎汤即可。

饮汤，2次/日。

冠心病：将柿霜、西瓜霜各30克混合调匀可。

每次服3~5克，2~3次/日。

高血压：柿树叶、白茅根各30克。

将2味入锅，加适量水煎汤。

2次/日。

<<别跟我说你懂水果>>

编辑推荐

《别跟我说你懂水果》是本年度最畅销的“食尚水果”手册，帮助大家真正了解它们的食用价值，让大家在食用的同时达到健康养生的效果。

<<别跟我说你懂水果>>

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>