

<<天然食物治百病>>

图书基本信息

书名：<<天然食物治百病>>

13位ISBN编号：9787534114502

10位ISBN编号：7534114500

出版时间：2000-09

出版时间：浙江科学技术出版社

作者：松田有利子

页数：196

字数：143000

译者：吴玮原

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>

<<天然食物治百病>>

内容概要

本书中介绍的自然疗法，皆为自古以来所流传下来的疗法，因此绝无不安全的因素，但由于自行判断病情常会出现误差，因此建议读者最好去医院查清病情，以视病情轻重来施行自然疗法。

<<天然食物治百病>>

书籍目录

一、提高身体自愈力，远离病痛的十种方法 1. 多以糙米，胚芽米及杂粮为主食 2. 细嚼每一口食物50次 3. 大量摄取蔬菜及海藻类食物 4. 有效提取豆类食品 5. 最好使用天然盐做菜 6. 绝对不食用白砂糖 7. 注意常吃八分饱 8. 多吃新鲜的时令蔬菜 9. 多吃本地特有的食物 10. 任何食物皆应物尽其用二、二日常疾病的百种家庭自然疗法 1. 陈皮可治疗初期感冒 2. 萝卜泥敷布可消除喉咙痛 3. 芋泥布简单又有效 4. 萝卜汤是退烧特效药 5. 乌梅茶能纾缓发烧症状 6. 豆腐泥布有惊人的退烧功效 7. 莲藕汗对咳嗽具有神奇的疗效 8. 畏寒时可用热水泡脚暖身 9. 头痛时请用姜汗及胡麻油 10. 将葱白中的粘液涂抹在鼻子上可治鼻塞 先天性过敏证11.糙米素食疗法可有效治疗 花粉症 12. 菊花茶的神奇疗效可让花粉症立刻痊愈 腰痛、扭伤 13. 可用乌贼的软骨或螃蟹壳来治疗 14. 食用黑豆并以主人魔芋热，可消除腰痛症状 15. 泡艾昔澡可治腰痛 神经痛 16. 常吃薏米，多喝笔头菜茶 17. 南瓜冷可治疗肋间神经痛肠胃不适 18. 肠胃功能不佳者，请多利用当归作者的话

<<天然食物治百病>>

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>