

<<老中医推荐的药膳食疗方600例>>

图书基本信息

书名：<<老中医推荐的药膳食疗方600例>>

13位ISBN编号：9787534144837

10位ISBN编号：7534144833

出版时间：2012-6

出版时间：浙江科学技术出版社

作者：李兴广

页数：185

字数：180000

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>

<<老中医推荐的药膳食疗方600例>>

内容概要

中医讲究“药食同源”，作为中医药学的重要组成部分，药膳取药物之性，用食物之味，既能食用充腹，又可保健养生。

李兴广主编的《老中医推荐的药膳食疗方600例（畅销升级版）》系统地论述了药膳食疗的方方面面，推荐600多例疗效可靠、简单易做、经济实惠的药膳。

从四季药膳调养讲起，春生、夏长、秋收、冬藏，随着四季的变化，结合人体的代谢规律，顺时调养；日常保健药膳，让容颜美丽，青春焕发，调养脏腑，气血旺盛，让你食之达到容颜常驻的效果；常见病调理药膳，不仅能达到保健强身、防病治病的目的，还免于服药苦口的感受，结合身体素质、疾病性质，合理选择，科学搭配，变“良药苦口”为“良药可口”，为身体健康保驾护航。

本书融汇了千百年流传的中医食疗智慧，是家庭必备的药膳制作手册，为你和家人的健康构筑起一道坚实的城墙。

<<老中医推荐的药膳食疗方600例>>

作者简介

李兴广，北京中医药大学中药教研室教授、主任医师。

北京中医药大学教授、主任医师、中药方剂教研室主任、硕士生导师、医学综合课程教学中心主任。

1983年自北京中医学院毕业后进入北京中医药大学，20余年来，一直活跃在教学和临床的第一线，主讲中药学、本草文献学、中药饮片辨识等课程。

并坚持临床教学工作，开设特色门诊，针对各种常见病症的治疗积累了丰富的临床经验，尤其擅长治疗内科、皮肤科常见病及疑难杂症。

发表学术论文20余篇，先后承担各级科研课题10余项。

主编和参加编写的著作40余部。

2003年获北京市人民政府“首都防治非典型肺炎工作先进个人”等称号。

<<老中医推荐的药膳食疗方600例>>

书籍目录

药食同源巧养生

药膳养生讲科学

Part 1 老中医推荐的四季滋补方

Part 2 老中医推荐的十全大补养生方

Part 3 老中医推荐的小病调理药膳

Part 4 老中医推荐的老爸老妈祛病药膳

Part 5 老中医推荐的消除男女隐疾药膳

Part 6 老中医推荐的小儿常见病保健药膳

附录 常用药膳中药材速查表

<<老中医推荐的药膳食疗方600例>>

编辑推荐

中医讲究“药食同源”，药膳是最能体现这一理念的养生方式，这种药食相助的特殊食品，既能食用充腹，又可保健养生。

《图说生活畅销升级版：老中医推荐的药膳食疗方600例》详解经典药膳，以功能划分章节，您可以根据食物、药物之性，结合身体素质、疾病性质、四季节气特点而综合掌握，合理选择，科学搭配，变“良药苦口”为“良药可口”，为身体健康保驾护航。

<<老中医推荐的药膳食疗方600例>>

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>