

<<家庭滋补药粥>>

图书基本信息

书名：<<家庭滋补药粥>>

13位ISBN编号：9787538010770

10位ISBN编号：7538010777

出版时间：2003-3

出版时间：内蒙古科学技术出版社

作者：张家林

页数：295

字数：250000

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>

<<家庭滋补药粥>>

内容概要

在我国，利用食物祛病，至少已有4500年的历史;以各种风味别具的饮食达到防病治病的目的，与服用苦口良药，使人在精神上的感受迥然不同，而精神因素、心理作用，对人体的健康种疾病的恢复又有着密切的关系。

因此，许多传统的食疗方剂几千年来盛传不衰，广为应闻。

粥是倍受国人青睐的传统食品之一。

因其品种众多、煮食简便、营养丰富、易于消化，从而有着无法抗拒的诱惑力。

将食物防病祛病的原理与人们喜食的粥品相结合，又是将"药食同源"的理论落实到日常生活之中的具体体现。

本书力图将高深的传统医学以粥的形式摆上平常百姓餐桌上的一次尝试。

其目的是使人们在一日三餐的饮食当中，不知不觉地达到祛病防病的作用。

所费不多，而所收之功效大矣。

<<家庭滋补药粥>>

书籍目录

第一章 药粥概述 一 药粥的作用 二 药粥的选用 三 药粥的制作 四 药粥的注意事项第二章 滋补强身药粥 一 滋阴药粥方 二 补阳药粥方 三 美容保健药粥方 四 健脑益智药粥方 五 抗衰延年药粥方第三章 内科病症药粥 一 感冒药粥方 二 咳嗽药粥方 三 支气管哮喘药粥方 四 肺炎药粥方 五 肺结核药粥方 六 肺气肿药粥方 七 高血压药粥方 八 高脂血症药粥方 九 冠心病药粥方 十 失眠药粥方 十一 肝硬化药粥方 十二 肝炎药粥方 十三 呕吐药粥方 十四 消化不良药粥方 十五 胃肠炎药粥方 十六 胃及十二指肠溃疡药粥方 十七 腹痛药粥方 十八 痢疾药粥方 十九 腹泻药粥方 二十 便血药粥方 二十一 肾炎药粥方 二十二 遗精药粥方 二十三 阳痿药粥方 二十四 早泄药粥方 二十五 缺铁性贫血药粥方 二十六 吐血、咯血药粥方 二十七 尿路结石药粥方 二十八 尿路感染药粥方 二十九 尿血药粥方 三十 小便不利药粥方 三十一 糖尿病药粥方 三十二 水肿药粥方 三十三 自汗、盗汗药粥方第四章 外科病症药粥 一 风湿性关节炎药粥方 二 腰痛药粥方第五章 妇科病症药粥 一 带下药粥方 二 崩漏药粥方 三 痛经药粥方 四 闭经药粥方 五 产后体虚药粥方 六 产后缺乳药粥方 七 更年期综合征药粥方

<<家庭滋补药粥>>

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>