

<<家庭食物药用大全>>

图书基本信息

书名：<<家庭食物药用大全>>

13位ISBN编号：9787538414486

10位ISBN编号：7538414487

出版时间：2007-6

出版时间：吉林科学技术出版社

作者：石口

页数：338

字数：355000

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>

<<家庭食物药用大全>>

内容概要

俗话说：“药在食中”，食物同药物一样，可分为温热、寒凉、平性三类。食物和药物一样，都具有不同的性味、归经、升降、沉浮、补泻、有毒无毒等特质。食物的多种性能必须结合起来，灵活运用，才能“食到病除”，健体强身。

本书为现代家庭健康膳食指南，是一本非常独特的健康指南，它不同于医生的医药处方，而是一些广泛流传于民间的疾病治疗和保健窍门，适合于每一个家庭，就相当于有了一位常备的家庭大夫。

<<家庭食物药用大全>>

书籍目录

十大有益肾脏的食物十大有益心脏的食物十大有助减肥的食物十大有助防治脑中风的食物十大有助于防治糖尿病的食物十大有助于防治骨质疏松的食物十大有助抗癌的天然食物食物是最好的医生谷物豆类蔬菜食用菌水果坚果肉类禽蛋乳品水产调料饮品附录食物相克大全

<<家庭食物药用大全>>

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>