

<<慢性病食疗王>>

图书基本信息

书名：<<慢性病食疗王>>

13位ISBN编号：9787538871371

10位ISBN编号：7538871373

出版时间：2012-11

出版时间：黑龙江科学技术出版社

作者：《健康大讲堂》编委会 编

页数：383

字数：150000

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>

<<慢性病食疗王>>

内容概要

别让慢性病啃噬您的健康。

警惕慢性病，重视食疗法，用对方法，吃掉慢性病，吃出健康来。

慢性病对症食疗百科全书，让最权威的专家告诉您各种常见慢性病的饮食原则、技巧，指导您规避慢性病的各种饮食禁区，让您轻松得健康。

本书集齐58种慢性病，按所属科系分为八大类别，每类疾病都对应为您推荐最具食疗功效的特效药材与食材，全书共介绍335种特效药材，243种特效食材。

本书除了详尽介绍58种常见慢性病的病理知识外，更为您每种病症推荐对症饮食处方，全书共包含463道食疗药膳，让您真正吃出免疫力，提高抗病力，从此得健康。

<<慢性病食疗王>>

作者简介

《健康大讲堂》编委会集聚中国大陆与中国台湾在养生保健领域最有影响力的专家、教授团队，涵盖保健营养大师、著名医学科学家、著名儿科专家、知名孕产科医师、知名烹饪大师、中国台湾地区知名营养师、知名中医师，强强联手，全心为您，致力于打造国内最具阅读价值与影响力的养生健康类书籍，传播最健康的饮食理念、养生理论、保健方式，为全民健康生活出谋划策，已出版发行《百姓养生菜1688例》、《养生相宜与相克速查全书》、《怀孕分娩育儿大全书》、《糖尿病食疗王》、《高血压食疗王》、《汉方蔬果养生圣经》等书籍，累积发行量已突破百万。

<<慢性病食疗王>>

书籍目录

谨惕“慢性病”

慢性病的定义及其特点

慢性病的诱发因素“藏”在哪里？

慢性病的发病规律

哪些人容易得慢性病

慢性病防治的常见误区

心脑血管疾病对症食疗方

心脑血管疾病特效药材推荐

玉竹/红花/柴胡/香附/郁金/金钱草/龙眼肉/党参/阿胶

苍耳子/荷叶/当归/杜仲/人参/熟地黄/玉米须/牛膝/桃仁

无花果/川芎/天麻/菊花/山楂/决明子/苦丁茶/全蝎/地龙

灵芝/枸杞/黄精/山药/丹皮/茯苓/黄芪/丹参/何首乌

白术/桂枝/酸枣仁/柏子仁/田七/莲子/肉桂/鸡血藤/泽泻

心脑血管疾病特效食材推荐

红枣/土鸡/牛奶/牛肉/黑芝麻/兔肉/西瓜/芹菜/乌鸡

米酒/南瓜/木耳/洋葱/红茶/鸽肉/鲢鱼/老鸭/菠菜

冠心病

桂参红枣猪心汤

洋葱炒芦笋

枸杞炖甲鱼

田七鸡蛋汤

参归山药猪腰汤

丹参红花酒

生姜肉桂炖猪肚

柴胡香附茶

郁金田七乌鸡汤

柴胡煮冬瓜

金钱草泽泻茶

低血压

山药炖鸡汤

黄芪猪肝汤

黄芪牛肉蔬菜汤

牛奶炖花生

桂圆养生粽

甜酒煮阿胶

高血压

杜仲核桃兔肉汤

天麻枸杞鱼头汤

丹皮三七炖鸡

玉米须荷叶粥

西瓜葡萄柚汁

淮山白扁豆粥

人参红枣茶

降压茶

<<慢性病食疗王>>

丹参山楂大米粥
桂枝二参茶
贫血
归芪补血乌鸡汤
熟地当归鸡
桂圆煲猪心
荞麦桂圆红枣粥
阿胶牛肉汤
猪肝汤
党参枸杞红枣汤
参枣甜糯米
黄芪鸡汁粥
人参红枣粥
动脉硬化
无花果木耳肠汤
川芎白芷鱼头汤
薏仁南瓜浓汤
天麻川芎枣仁汤
菊花山楂饮
决明子苦丁茶
中风后遗症
半夏天麻鱼头汤
蝎子炖鸡
丹参天麻钩藤饮
桂枝莲子粥
玉参焖鸭
灵芝黄芪猪脚汤
枸杞黄精炖白鸽
六味地黄鸡汤
心律失常
白术黄芪煮鱼
何首乌炒猪肝
双仁菠菜猪肝汤
首乌丹参茶
红枣柏子小米粥
内分泌代谢疾病对症食疗方
内分泌代谢疾病特效药材推荐
白术/桑叶/肉桂/高丽参/葛根/黄芪/西洋参/女贞子/熟地
桔梗/首乌/金银花/麦冬/灵芝/荷叶/蒲黄/山药/莲子
枸杞/玉米须/山楂/红花/佛手/玉竹/黄精/车前子/威灵仙
牛膝/柴胡/夏枯草/茯苓/芦荟/当归/丹参/田七/生地/玄参
.....

<<慢性病食疗王>>

章节摘录

版权页：插图： 心率失常大多发病于体虚的中老年人，这类大多患有高血压等病症，而高血压、高血脂患者又容易导致冠脉中血液斑块的形成，由此易引发动脉粥样硬化，从而造成心率失常，所以在治疗中需要先化解冠状动脉中的血液斑块，才能预防和改善心律失常。

具有化解血液斑块功效的中药食材有：黄芪、党参、田七、蒲黄、姜、洋葱、木耳。

心肌纤维的溶解或坏死是引发心律失常的重要原因，所以，治疗心律失常就需要修复受损的心肌纤维。

减慢心动频率可以防治心律失常。

具有此功效的常见中药材有：丹参、黄芪、天麻、红花、田七、绞股蓝、银杏、万年青、钩藤、红枣、白术等。

根据以上介绍的心律失常的调理方法，特推荐5例对症调理药膳，患者可根据自身的疾病类型和特点选用。

虱目鱼肚1片，芹菜少许，白术、黄芪、桂枝、茯苓各10克，盐、味精、淀粉各适量 将虱目鱼肚洗净，切成薄片，放少许淀粉，轻轻搅拌均匀，腌渍20分钟，备用。

白术、黄芪、桂枝、茯苓洗净，沥干，备用；芹菜洗净，切段备用。

锅置火上，倒入清水，将白术、黄芪、桂枝、茯苓、虱目鱼肚一起煮，大火煮沸后转小火续熬，至味出时，放适量盐、味精调味，起锅前加入适量芹菜即可。

白芷具有健脾益气，燥湿利水，固表止汗，安胎的功效，黄芪具有益气固表、敛汗固脱、托疮生肌、利水消肿的功效，两者配伍食用，主益气健脾、化气利水之功，适合水饮凌心的心率失常患者食用。

猪肝300克，韭菜花250克，何首乌15克，当归10克，豆瓣酱8克，盐3克，淀粉5克 猪肝洗净，氽烫去腥，捞出切成薄片，备用。

韭菜花洗净切小段；将何首乌、当归放入清水中煮沸，转小火续煮10分钟后离火，滤去药汁后与淀粉混合均匀。

油锅烧热，下豆瓣酱爆香，再下所有材料翻炒至熟即可。

本品有补血养心、活血化淤的功效，适合心血不足的心律失常患者。

<<慢性病食疗王>>

编辑推荐

《慢性病食疗王(畅销版)》是慢性病对症食疗百科全书，三分治七分养，别让慢性病吞噬你的健康。

<<慢性病食疗王>>

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>