

<<中国现代保健药物食物大全>>

图书基本信息

书名：<<中国现代保健药物食物大全>>

13位ISBN编号：9787538872897

10位ISBN编号：7538872892

出版时间：2012-11

出版时间：黑龙江科学技术出版社

作者：《中国现代保健药物食物大全》编委会 编

页数：1023

字数：600000

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>

## <<中国现代保健药物食物大全>>

### 内容概要

本书荣获“中国十大健康好书”荣誉称号。  
权威专家、著名医学博士柴瑞震审定推荐，一本中国权威性的保健药物食物图文大典。

提炼《本草纲目》精髓，科学、全面、实用！  
畅销不断，极受百姓认可，白金修订版全新上市！

一本极具操作性的食疗保健全典，打造中国人饮食健康的第一要书。  
秉承前人本草学研究基础，集古今药物、食疗方于一体，精心挑选600种居家保健治病必知的食物、药物，每例都详细介绍其别名、来源、主要产地、功效主治、选购秘诀、食用禁忌、保健应用等14种实用知识，是国内迄今为止最为全面的保健食物药物图文工具书。  
通过阅读本书，您可以更全面地认识食物、药物，学会更合理地利用食物、药物防病治病，拥有更健康的生活。

## <<中国现代保健药物食物大全>>

### 书籍目录

#### Part 1补益篇

补气类

人参

适于体虚乏力者滋补之用

党参

适用于气血不足者

太子参

阴虚血热者的补气良药

黄芪

最佳补中益气之药

白术

补脾安胎常用药材

山药

最佳补脾良药

大枣

中药里的综合维生素

甘草

善于调和诸药的补气良药

黄精

被誉为“长寿百岁草”

白扁豆

利水补脾好帮手

卷心菜

有“菜中王子”美誉的保健食品

花椰菜

预防乳腺癌的食疗佳品

南瓜

香甜美味的补气蔬菜

粳米

Part 2解表篇

Part 3清热篇

Part 4祛暑篇

Part 5安神篇

Part 6理气篇

Part 7理血篇

Part 8祛风湿篇

Part 9芳香化湿篇

Part 10平肝熄风篇

Part 11温里祛寒篇

Part 12收涩篇

Part 13泻下篇

Part 14利水渗湿篇

Part 15消导篇

Part 16驱虫篇

Part 17化痰止咳篇



章节摘录

版权页：插图： 抗炎及免疫抑制作用 甘草酸是一种有效的生物应答修饰剂。在增强机制免疫功能的同时抑制变态反应的发生。

解毒作用 甘草单味有明显的解毒作用，生甘草与附片同煎能使后者毒性降低。

甘草可与水合氯醛、毒扁豆碱、乙酰胆碱起强烈的对抗。

而且甘草酸对有毒物质有吸附作用，在酶的作用下水解成苷元和葡萄糖醛酸，后者能与毒性物质结合而具解毒作用。

抗肝炎病毒作用 甘草酸有直接的抗HBV作用及对肝功能障碍的改善作用。

对降低慢性病毒性肝炎病人的谷氨酰转肽酶效果显著。

抑制艾滋病病毒作用 甘草酸可明显抑制艾滋病病毒增殖，并具有免疫激活作用。

甘草酸抗艾滋病病毒是通过抑制细胞膜上某种酶来抑制艾滋病病毒增殖的。

抑制SARS相关冠状病毒作用 实验证明，甘草酸苷不仅抑制病毒的复制，而且还在病毒复制的早期抑制病毒的吸附和穿膜，它在病毒的吸附期及吸附期后都非常有效。

镇咳祛痰作用 甘草服后能覆盖在发炎的咽部黏膜上，缓和炎性刺激而镇咳。

抗肿瘤作用 实验表明，甘草素可以明显抑制人体宫颈癌细胞的体内外增殖。

甘草皂苷能明显抑制流感病毒，甘草葡聚糖尚有抗真菌作用。

甘草对金黄葡萄球菌、溶血链球菌、结核杆菌、白喉杆菌等的呼吸、蛋白质的合成、核糖核酸的形成均有强烈的抑制作用。

防治肝损害 实验表明，甘草酸可有效地防止肝损伤，短期应用甘草酸治疗可有效地降低血清ALT水平，肝组织损伤也得到改善，长期应用可以预防肝细胞癌征象的发生。

降血脂与抗动脉粥样硬化的作用 甘草酸具有降血脂与抗动脉粥样硬化作用，且其强度可能超过抗动脉硬化药。

实验还表明，甘草酸灌胃对血脂增高有明显抑制作用。

对脑神经细胞凋亡的保护作用 本品可减轻脑组织的脂质过氧化反应，对脑神经细胞凋亡有显著的保护作用。

## <<中国现代保健药物食物大全>>

### 媒体关注与评论

要想健康长寿，合理饮食是很重要的。

通过饮食增强体质、预防疾病的方法，我们常称之为饮食疗法。

它是一种将中药材运用于日常饮食中辅助治疗疾病的方法，此法我国古已有之。

俗话说“以其充饥则谓之食，以其疗病则谓之药”，说的就是食物与药物之间的微妙关系。

药物和食物的来源是相同的，都源于自然界，即人们所说的“药食同源”。

古代医药学家所著书籍中已有不少记录运用食疗手段来治疗疾病的相关资料，这些医药学家的实践为后代留下了宝贵的经验，完善了中医药学理论……《中国现代保健药物食物大全》一书，在秉承前人本草学研究成果的基础上，弃其所短，扬其所长，集古今药物和食物的食疗妙方于一体，实属难能可贵。

——卫生部主管杂志《中华名医论坛》总编辑、主任医师、医学博士、哲学博士柴瑞震教授

## <<中国现代保健药物食物大全>>

### 编辑推荐

《中国现代保健药物食物大全》由著名医学博士鼎力推荐，是一本极具权威性与操作性的家庭保健药物食物图文大典。

为方便读者查找，《中国现代保健药物食物大全》除了标明药材的中文名索引外，还精心制作了药食名的拼音索引，让你用起来更得心应手。

## <<中国现代保健药物食物大全>>

### 名人推荐

要想健康长寿，合理饮食是很重要的。

通过饮食增强体质、预防疾病的方法，我们常称之为饮食疗法。

它是一种将中药材运用于日常饮食中辅助治疗疾病的方法，此法我国古已有之。

俗话说“以其充饥则谓之食，以其疗病则谓之药”，说的就是食物与药物之间的微妙关系。

药物和食物的来源是相同的，都源于自然界，即人们所说的“药食同源”。

古代医药学家所著书籍中已有不少记录运用食疗手段来治疗疾病的相关资料，这些医药学家的实践为后代留下了宝贵的经验，完善了中医药学理论……《中国现代保健药物食物大全》一书，在秉承前人本草学研究成果的基础上，弃其所短，扬其所长，集古今药物和食物的食疗妙方于一体，实属难能可贵。

——卫生部主管杂志《中华名医论坛》总编辑、主任医师、医学博士、哲学博士柴瑞震教授



<<中国现代保健药物食物大全>>

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>