第一图书网, tushu007.com

<<实用美容养生药膳疗法>>

图书基本信息

书名：<<实用美容养生药膳疗法>>

13位ISBN编号：9787543925472

10位ISBN编号：7543925478

出版时间：2005-5

出版时间：上海科学技术文献出版社

作者：马茹人

页数：280

字数：208000

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

第一图书网, tushu007.com

内容概要

中国传统医学中的药膳疗法，具有悠久的历史和丰富的文化底蕴。
唐代药仙孙思邈更是提倡治病要首先以食治之，食疗不愈，然后命药。
它“寓医于食”，以中医的整体观念为基础，辨证配膳，是一种将食物、药物及调料熔于一炉的特殊食品：它取药物之性，尝食物之味，食借药之力，药助食之功，相辅相成，相得益彰，以充分发挥其防病治病、强身健体、延年益寿的作用。
　本书以安全、经济、实用、有效为前提，对养颜润肤、生发乌发、五官美容、美体健身以及保健养生等五个方面内容，作了归纳整理，精选600余例常用药膳良方。
每例分设用料、制法、用法、作用、宜忌等5个项目进行介绍。
每款内容前，又简述其概要，以利读者对症择膳。

<<实用美容养生药膳疗法>>

书籍目录

养颜润肤 悦色 菜肴 饭粥 糕饼 羹汤 茶饮 酒疗 蜜疗 膏糖 其他 润肤 菜肴 饭粥 糕饼 羹汤 茶饮 蜜疗 醋疗 膏糖 消斑 菜肴 饭粥 糕饼 羹汤 茶饮 酒疗 醋疗 除皱 饭粥 糕饼 羹汤 茶饮 酒疗 蜜疗 膏糖生发乌发 菜肴 花果 饭粥 糕饼 羹汤 茶饭 酒疗 膏糖美容五官 明目 菜肴 饭粥 糕饼 羹汤 茶饮 酒疗 聪耳 菜肴 饭粥 糕饼 羹汤 酒疗 膏糖 其他 美鼻 菜肴 饭粥 羹汤 茶饮 膏糖 其他 固齿 菜肴 饭粥 糕饼 羹汤 茶饮 酒疗 膏糖 香口 菜肴 饭粥 羹汤 茶饮健身美体 轻身 菜肴 饭粥 糕饼 羹汤 茶饮 蜜疗 醋疗 其他 丰体 菜肴 饭粥 羹汤 茶饮 酒疗 健乳 菜肴 羹汤 糕饼保健养生 菜肴 饭粥 糕饼 羹汤 茶饮 酒疗 膏糖 参考文献

第一图书网, tushu007.com

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