

<<食疗养生药膳大全>>

图书基本信息

书名：<<食疗养生药膳大全>>

13位ISBN编号：9787563421534

10位ISBN编号：756342153X

出版时间：2006-1

出版时间：延边大学出版社

作者：雷子

页数：402

字数：450000

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>

<<食疗养生药膳大全>>

内容概要

随着科学的发展，食物中所含的营养与功效得到进一步发掘，人们不仅对怎样吃感兴趣，而且对吃什么营养，吃什么可以预防和治疗疾病更感兴趣，这充分说明了人们对饮食保健有了更深刻的认识。

为此，我们着手编著了《食疗养生药膳大全》一书。

全书分为食疗药膳基础知识、食疗药膳原料、常见病调理药膳、养生保健药膳处方四章，其中常见病调理药膳一章中又包括了内科、外科、妇科、小儿科、五官科、骨伤科、皮肤科、肛肠科等77种常见病症的药膳处方近千种。

食疗药膳，既不同于一般的中药方剂，又别于普通的饮食，是一种兼有药物功效和食品美味的特殊膳食。

它可以使食用才得到美食享受，又在享受中使其身体得到滋补，使疾病得到治疗。

食疗药膳的制作和应用，不仅是一门科学，更可以说是一门艺术。

中医食疗药膳的内容博大精深，汗牛充栋，确有很多枕中之秘、囊中之珍。

我们力求去粗求精，删繁就简，编写此书，以飨读者。

相信本书既是家庭保健的必备之书，又可供基层医务工作者指导病人食疗时参考。

<<食疗养生药膳大全>>

书籍目录

第一章 食疗药膳基础知识 一、食疗药膳的概念 二、食物为什么能治病 三、食疗药膳的应用原则 四、药膳忌口论 五、药膳配伍禁忌 六、四季饮食宜忌 七、常用中药补品 八、食疗药膳的类型 九、合理的膳食 第二章 食疗药膳原料 第一节 食物 大米 黑米 小麦 高粱米 玉米 黄豆 绿豆 绿豆芽 红小豆 豇豆 豌豆 扁豆 蚕豆 黑豆 豆腐 韭菜 菠菜 芹菜 苋菜 空心菜 油菜 大白菜 藕 白萝卜 莴笋 胡萝卜 西红柿 南瓜 苦瓜 丝瓜 黄瓜 茄子 葡萄 梨 樱桃 柿子 桑椹 柿子 甘蔗 杨梅 菠萝 橘子 甜瓜 石榴 西瓜 芒果 柚子 无花果 橄榄 猕猴桃 香蕉 大枣 荔枝 龙眼 山楂 桃子 苹果 鸡肉 鸭肉 鹅肉 鹌鹑 鸽肉 鸭肉 鸡蛋 鹌鹑蛋 猪肉 猪肝 猪蹄 牛肉 牛蹄筋 羊肾 兔肉 泥鳅 鲫鱼 鲢鱼 海参 带鱼 对虾 栗子 花生 榛子 核桃 莲子 芝麻 松子 杏仁 南瓜子 葵瓜子 西瓜子 紫菜 香菇 银耳 木耳 海带 醋 大葱 大蒜 生姜 辣椒 胡椒 红糖 茶叶 第三章 常见病调理药膳 第四章 养生保健药膳处方

<<食疗养生药膳大全>>

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>