

<<饮膳本草经>>

图书基本信息

书名：<<饮膳本草经>>

13位ISBN编号：9787801217073

10位ISBN编号：7801217071

出版时间：2006-1

出版时间：军事医学科学出版社

作者：温信子

页数：323

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>

<<饮膳本草经>>

内容概要

编者对炎黄子孙食用、食养、食补、食疗的养生科学知识进行有序化整理，编写成《饮膳本草经——民间膳食养生本草速查手册》一书。

本书汇集诸家本草、名医之经验，吸收了当代饮膳本草研究的精华，所引条目以传统中医历代大家之言为主，知识性强、权威性强、参考性强、实用性强，可作为手册备查。本书弥补了当代民间饮食养生文化承上启下的空白。

<<饮膳本草经>>

作者简介

谢尚武，男，1953年生人 字：会心、至柔，号：温信子、澈诚、南阳子 另号：简约、未名 目前学历：大学本科、社会学在职研究生 籍贯：北京市怀柔区 先后求学于中国社会学函授大学社会学专业；深圳大学公共关系专业；北京广播电视大学公共关系专业；首都师范大学汉语言文学教育专业；北京联合大学中医药学院中医学专业；中共北京市委党校成人教育学院行政管理专业；中共中央党校研究生院。

目前学历：大学本科（接受学历教育111门课程）。

撰有《情志养生临证咨询学——中国传统心理养生典籍拾微真诠指南》、《恋爱、婚姻伦理临证咨询学》讲义，专著有《社区运作学》（34.6万字）等。

特长：中文写作（亦擅长诗词曲赋）、行政管理、思想政治工作、治安、消防、人事劳资、心理保健研究与教学、交通安全宣传教育与管理、书法、美术字撰写等，逻辑思维、形象思维、创新思维见长。

<<饮膳本草经>>

书籍目录

总论五味论篇第一食物药性篇第二食物特征篇第三五脏补泻篇第四食味行走篇第五气味概论篇第六应用论篇第七米谷部米谷部粳米第一米谷部糯米第二米谷部粳米第三米谷部黑米第四米谷部小米第五米谷部黍说第六米谷部玉米第七米谷部蜀黍第八米谷部小麦第九米谷部大麦第十米谷部荞麦第十一米谷部燕麦第十二米谷部莜麦第十三米谷部薏米第十四杂粮部杂粮部甘薯第一杂粮部大豆第二杂粮部赤小豆第三杂粮部绿豆第四蔬菜部蔬菜部菜豆第一蔬菜部蚕豆第二蔬菜部扁豆第三蔬菜部豌豆第四蔬菜部豇豆第五蔬菜部山药第六蔬菜部土豆第七蔬菜部白菜第八蔬菜部芹菜第九蔬菜部番茄第十蔬菜部茄子第十一蔬菜部萝卜第十二蔬菜部胡萝卜十三蔬菜部黄瓜第十四蔬菜部丝瓜第十五蔬菜部苦瓜第十六蔬菜部南瓜第十七蔬菜部冬瓜第十八蔬菜部菠菜第十九蔬菜部韭菜第二十蔬菜部葱头第二十一蔬菜部菜花第二十二蔬菜部菜椒第二十三蔬菜部辣椒第二十四蔬菜部莴苣第二十五蔬菜部茼蒿第二十六蔬菜部紫菜第二十七蔬菜部海带第二十八蔬菜部苦菜第二十九蔬菜部木耳第三十蔬菜部香菇第三十一蔬菜部蘑菇第三十二蔬菜部圆白菜第三十三蔬菜部茴香第三十四蔬菜部芥菜第三十五蔬菜部白芥第三十六蔬菜部芥菜第三十七蔬菜部莲藕第三十八蔬菜部茭白第三十九.....水产部禽蛋部畜兽部果品部膳饮部食经部参考文献结束语

<<饮膳本草经>>

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>