

<<四季饮食与药物调补妙方>>

图书基本信息

书名：<<四季饮食与药物调补妙方>>

13位ISBN编号：9787801944405

10位ISBN编号：7801944402

出版时间：2005-1

出版时间：人民军医出版社

作者：宁亚功

页数：444

字数：336000

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>

<<四季饮食与药物调补妙方>>

内容概要

春、夏、秋、冬四季气候变化与人们的日常生活息息相关。

本书从介绍四季气候的特征入手，详细论述了各季节气候对人体健康的影响，春、夏、秋、冬四季饮食与药物调补的环境基础、原则、禁忌与具体补法，常见疾病调补的食疗妙方，并精选了一些疗效确切、容易取材、操作简便、使用安全的药酒、药茶、药膳方。

本书内容丰富，编排合理，语言通俗易懂，是一本指导广大群众日常保健、养生的科普读物，亦可供营养师、饮食技术人员、医生、病人阅读参考。

<<四季饮食与药物调补妙方>>

书籍目录

第一部分 总论 一、饮食与药物调补的意义 二、饮食与药物调补的时机 (一)平时调补,预防为主 (二)虚时进补,及时扶正 (三)病时补养,有利康复 三、古今饮食与药物调补概述 (一)我国饮食文化简况 (二)饮食与药物调补的形成与发展 (三)饮食与药物调补的成熟与定型 (四)饮食与药物调补的现代认识 四、饮食与药物调补的原则 (一)不同季节饮食与药物调补的原则 (二)不同地区、环境饮食与药物调补的原则 (三)不同职业的饮食与药物调补原则 (四)不同性别及年龄的饮食与药物调补原则 (五)不同个体体质饮食与药物调补的原则 第二部分 春夏秋冬四季的饮食与药物调补 一、气候对人体健康的系列影响 (一)不同气候对人体健康产生不同的影响 (二)气候与人体健康关系密切的主要体现 (三)气候影响心情及健康 (四)不同群体的生物气象效应 (五)天气对生理影响的主要指标变化 (六)长寿秘诀气候 (七)气候变暖导致人体健康恶化 (八)饮茶讲究“四季”有别 (九)医疗气象研究进展 二、四季饮食与药物调补的具体内容 (一)春季饮食与药物的调补 (二)夏季饮食与药物的调补 (三)秋季饮食与药物的调补 (四)冬季饮食与药物的调补 第三部分 常见疾病的饮食与药物调补 一、消化系统疾病调补 病毒性肝炎 细菌性痢疾 消化性溃疡 慢性胃炎 腹泻 便秘 胆囊炎 胆石症 胰腺炎 肝硬化 二、呼吸系统疾病调补 感冒 发热 支气管炎..... 第四部分 常用饮食与药物调补妙方荟萃

<<四季饮食与药物调补妙方>>

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>