

<<美髮養顏保健食療>>

图书基本信息

书名：<<美髮養顏保健食療>>

13位ISBN编号：9789621428530

10位ISBN编号：962142853X

出版时间：2004-5

出版时间：f里

作者：陳光輝

页数：80

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>

<<美髮養顏保健食療>>

内容概要

本书介绍的美发养颜医方9张，保健食疗方则分为药膳、粥饭面食、药点茶饮等三大部分共32张，每张食疗方除介绍食物的组成、性、味、功效、制法、服用方法和注意事项之外，还根据现代文献，简要介绍食物所含的营养素如蛋白质、氨基酸、脂肪酸、维生素、常量和微量元素以及具有抗衰老作用的多糖、皂甙类、黄酮类等化合物和具有消除自由基作用的抗氧化物，力求每张食疗方既符合传统中医“辨证施食”之理念，同时也符合现代医学的研究成果。

<<美髮養顏保健食療>>

作者简介

陈光辉，1970年中山医科大学六年制医疗系毕业，1973年广州中医药大学西医学习中医班结业，2004年第六届全国名老中医专家临床经验高级讲习班结业。
原任中山医科大学内科医生，现为中山医科大学香港校友会永远名誉会长。

<<美髮養顏保健食療>>

书籍目录

出版者的话前言医方选录 参茸固本丸 犀角地黄汤 古庵心肾丸 十八子培元丸 通竅活血汤 七宝美髯丹 归脾丸 加味补肺汤 首乌延寿丹食疗篇 保健汤水 塘虱鱼黑豆汤 水鱼燉淮山杞子 金钱龟燉冬虫夏草 何首乌鲤鱼汤 黄鳝气血双补汤 杞子海参瘦肉汤 黄精杞子燉鹤鹑 地黄鸡 水鸭燉冬虫夏草 人参鹿肉汤 黑木耳瘦肉 何首乌煨鸡 粥饭面食 药点茶饮

<<美髮養顏保健食療>>

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>