第一图书网, tushu007.com

# <<醋的保健功能与药用便方>>

## 图书基本信息

书名：<<醋的保健功能与药用便方>>

13位ISBN编号：9787508249148

10位ISBN编号：7508249143

出版时间：2008-3

出版时间：金盾出版社

作者：刘强

页数：215

字数：178000

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

# <<醋的保健功能与药用便方>>

## 内容概要

本书在《醋的保健功能与药用便方（第一版）》的基础上进行了修改和补充，系统介绍了醋的源流、酿制、品种及医疗保健功能，向读者推荐防治150多种病症的醋疗便方近780个。
内容丰富，通俗易懂，实用性强，可供广大群众及基层医务人员阅读参考。

第一图书网, tushu007.com

# <<醋的保健功能与药用便方>>

## 书籍目录

第一部分 醋的酿制与医疗保健功能简介 一、醋的酿造与使用 （一）醋的类别及其酿造方法 （二）我国的名醋 （三）食醋的选择与保存 （四）醋的食用及注意事项 二、醋的医疗保健功能 （一）炮制中药材 （二）抗菌作用 （三）防治感冒 （四）健胃助消化 （五）防治腹泻、痢疾 （六）降低胆固醇 （七）抑制过氧化脂质的生成 （八）降低血压 （九）防治肝病 （十）治疗糖尿病 （十一）抗癌 （十二）减肥 （十三）美容及延缓衰老 （十四）解酒 （十五）调节血液酸碱平衡 （十六）消除疲劳 （十七）有助于钙的吸收 （十八）防治青春痘 （十九）食醋的其他功效 （二十）醋蛋疗法第二部分 醋疗便方 一、内科疾病 （一）感冒 （二）慢性支气管炎 （三）支气管哮喘 （四）肺脓肿 （五）肺结核 （六）呕血 （七）消化不良 （八）呕吐 （九）胃痛 （十）萎缩性胃炎、胃及十二指肠溃疡 （十一）泄泻 （十二）痢疾 （十三）霍乱 （十四）便秘 （十五）呃逆 （十六）腹痛 （十七）肝炎 （十八）肝硬化 ……附录：醋在生活中的妙用

## 章节摘录

第一部分 醋的酿制与医疗保健功能简介醋是人们日常生活中不可缺少的调味品。
它是以米、麦、高粱、玉米等酿制而成的含有醋酸的液体，古代称之为醯、酢、苦酒、米醋等。
食醋的使用在我国具有悠久的历史，中国是世界上用谷物酿醋最早的国家。
醋的酿造稍晚于酒，在公元前3世纪已经有了醋的文字记载，到春秋战国时就有专门酿醋的作坊了。
据《史记》记载：“ 通邑大都，醯酱千瓿。
”在2400多年前的《论语》中也有关于醋的记载。
但那时的醋还是比较贵重的调料，直到汉代才开始普遍生产。
据东汉时期的著作《四民月令》中记载：“ 四月四日可作酢，五月五日也可作酢。
”这时的醋已成了广大群众生活“ 开门七件事 ”之一了。
南北朝时期，醋的生产有了很大的发展，酿造　工艺更趋完善，食醋的产量和销售量都很大，进一步推动了酿醋技术的不断发展。
北魏时贾思勰所著的《齐民要术》一书中，系统地介绍了我国古代劳动人民制醋的经验和技术成就。
书中收录了22种制醋方法，其中有些方法一直沿用至今，并传至国外。
有关食醋的药用，在我国古代医籍中已有论述。
最早的记载是于1973年湖南长沙马王堆3号墓出土的医学帛书，其中具有很高历史价值的《五十二病方》，是迄今已发现的最古医方。
据考证，此书大约抄于公元前3世纪秦汉之际。
书中记述治疗癫痫、尿闭、疝气、痔疮、痈、癣、白癜风、烧伤、狗咬、疯狗咬伤等疾病的处方中有的用了醋。
说明当时医学专家已认识到醋有清热、解毒、疗疮、利尿等功效了。

## 编辑推荐

《醋的保健功能与药用便方》出版近十年，受到了广大读者的欢迎，曾多次再版。
书中内容被多部书籍引用，使醋的保健功能得以推广。
醋的保健功能愈来愈受到广大群众的重视，食醋已形成了自然习俗，食醋的保健种类也不断增加，除单纯的食醋外，现有各类保健醋、果醋，以及醋饮料，因为醋含有丰富的氨基酸、有机酸、维生素等营养物质，长期饮用可防治多种疾病。
为使醋的保健知识更为丰富，让广大群众更好、更多地了解食醋的医疗保健作用，笔者在原书的基础上进行修订，并参阅有关文献，增加了部分内容，同时增加疾病32种，醋疗便方200余个，使《醋的保健功能与药用便方(修订版)》的内容更为丰富和实用，使读者在阅读之中掌握更多地醋的保健知识。

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