

<<野菜妙用>>

图书基本信息

书名：<<野菜妙用>>

13位ISBN编号：9787509148372

10位ISBN编号：7509148375

出版时间：2011-6

出版时间：人民军医出版社

作者：强刚，王惟恒 编著

页数：130

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>

<<野菜妙用>>

内容概要

《野菜妙用》分上、下两篇，上篇介绍了10余种野菜的性味、功效及食用常识等；下篇介绍了多种疾病的野菜疗法，列举了数百种巧用野菜防病治病良方。

《野菜妙用》凸显“简、便、廉、验”特色，对于每一个家庭都非常实用，诚为广大读者防病强身、康复养生的良师益友。

<<野菜妙用>>

书籍目录

上篇 野菜保健古今谈
 养生保安康吃点野菜好
 马齿苋：遍地马齿苋 功同“抗生素”
 荠菜：春来三月三 荠菜当灵丹
 香椿芽：常食香椿芽 百病何须怕
 蕨菜：蕨菜能益寿 堪称“山菜王”
 蒲公英：巧用蒲公英 消痈又定痛
 鱼腥草：神奇鱼腥草 天然消炎药
 黄花菜：美食黄花菜 食之可忘忧
 莼菜：莼菜席上珍 食疗是佳品
 苦菜：苦菜能解毒 补虚又疗疾
 鼠曲草：鼠曲草化痰止咳祛风寒
 鸭跖草：鸭跖草清热解毒是良药
 下篇 巧用野菜治百病
 巧用野菜防治感冒
 凉拌鱼腥草辅治上呼吸道感染
 鱼腥草厚朴连翘散辅治感冒
 香茶菜鱼腥草治感冒发热
 鼠曲草调治风寒感冒
 薄荷鸭跖草汤调治风热感冒
 单味鸭跖草防治感冒
 蒲公英汤治感冒伤风
 蒲公英银花汤治上呼吸道感染
 巧用野菜辅治咳喘
 鼠曲草冰糖饮治咳嗽痰多
 鼠曲草黄荆子治慢性支气管炎咳喘
 佛耳薄菜汤治肺寒咳喘
 牛蒡地骷髅汤调治肺热咳嗽
 鱼腥草炖猪排骨调治肺热咳嗽
 鱼腥草水冲鸡蛋调治肺热咳嗽
 鱼腥草桔梗茶调治肺热咳嗽
 桔梗鱼腥草汤调治肺痈咳吐脓痰
 雪梨鱼腥草调治肺脓肿
 鱼腥草薏米鸡蛋羹调治肺脓肿
 鱼腥草为主治肺脓肿
 蒲公英鱼腥草散调治气管炎
 黄花藕汁调治肺结核咯血
 鱼腥草烧猪肺调治咳嗽咯血
 巧用野菜辅治胃病
 公英丹参芍草汤治疗胃痛
 蒲公英治消化性溃疡
 蒲公英粥调治胃病
 蒲公英治浅表性胃炎
 蒲公英炖猪肚调治慢性胃炎
 马曲苋调治疗浅表性胃炎

<<野菜妙用>>

蒲公英茶调治消化性溃疡
清明菜糕调治溃疡病
凉拌莼菜健脾开胃
莼菜羹调治胃病
香椿芽调治胃溃疡
马兰莲子汤辅治呕血
巧用野菜防治肠道疾病
蕨菜散调治湿热泄泻
马齿苋调治血痢
蕨菜末调治肠风热毒
蕨粉调治泻痢腹痛
马齿苋粥调治肠炎痢疾
凉拌马齿苋调治湿热痢疾
马齿苋炒鸡蛋调治久痢
鱼腥草山楂炭调治湿热痢疾
马齿苋山楂饮调治虚寒痢
马兰仙鹤车前草汤治痢疾便脓血
蒜泥马齿苋治痢疾
委陵菜木槿花汤治湿热痢
蒜汁马齿苋茶调治慢性腹泻
马兰菜菔子汤消食止泻
马齿苋芥菜萝卜汤调治急性胃肠炎
马齿苋液灌肠治溃疡性结肠炎
苦菜为主治疗慢性溃疡性结肠炎
马齿苋白头翁黄柏汤治慢性结肠炎
清利肠道方治型溃疡性结肠炎
马齿苋篇蓄苦参辅治滴虫性肠炎
蕨菜木耳肉片调治肠燥便秘
蒲公英汤调治实热便秘
鱼腥草茶调治习惯性便秘
鱼腥草蒸猪大肠调治便秘
黄耳血余饮辅治大便出血
巧用野菜辅治肝胆病
蒲公英莼菜鸡丝汤调治肝炎
蒲公英茵陈大枣汤调治黄疸型肝炎
鸡骨草黄花菜煲猪脾脏调治慢性肝炎
苜蓿茵陈汤调治黄疸型肝炎
消炎利胆茶调治急性黄疸型肝炎
蒲公英粥辅治肝炎与胆囊炎
蒲公英疏肝汤辅治胆道感染
蒲公英泥鳅汤调治胆囊炎
马兰车前茵陈汤利湿退黄
赤豆枣菜汤调治肝硬化腹水
葶苈芥菜丸辅治肝硬化腹水
巧用野菜辅治肾病
车前公英鱼腥草汤调治急性肾炎
鱼腥草绿豆汤调治肾炎

<<野菜妙用>>

鱼腥草茶辅治肾病综合征
野芥菜根敷脐辅治肾炎
马兰君达菜辅治肾炎
马齿苋汁辅治肾炎
马齿苋辅治肾结核
巧用野菜辅治淋证
鸭跖草辅治五淋小便刺痛
鸭跖车前蜜汁辅治热淋
鱼腥草辅治热淋
蒲公英玉米须汤辅治热淋
鲜苜蓿汁辅治石淋
马齿苋鲜藕汁辅治血淋
马齿苋甘草饮辅治淋证
马齿苋公英姑胆茶治淋久不止
马齿苋公英汤治淋证
黄花菜根辅治淋证、水肿
鱼腥草八味汤治泌尿系统感染
蒲公英通淋利水汤治热淋
荠菜治乳糜尿(膏淋)
荠菜鸡蛋汤辅治血淋
野苋车前汤辅治血淋
巧用野菜辅治高血压、高血脂
凉拌马齿苋辅治高血压
牛蒡鱼蓉羹调治高血压
牛蒡海带羹调治高血压
鸭跖草蚕豆花茶调治高血压
猪毛菜调治高血压
荠菜辅治高血压、高血脂
西湖莼菜汤调治高脂血症
马兰头地黄汤调治高血压
黑木耳炒黄花菜调治高血压
黄花菜蘑菇汤降脂减肥
巧用野菜治内科杂病
牛蒡猪肚丝调治糖尿病
鲜蕨根辅治发热不退
清热蒺藜汁调治温热病余热不退
鱼腥草蒸鸡补虚清热
莼菜鲫鱼羹健脾补虚
荠菜花治头晕头痛
荠菜煎鸡蛋辅治眩晕头痛
黄花鸡肝汤调治失眠锏梦
萱草合欢汤调治失眠
黄花菜合欢汤调治虚烦不眠
苦菜调治神经衰弱
鱼腥草炒鸡蛋清肺解毒
鱼腥草肉丝补虚清肺
荠菜蜜枣汤调治内伤吐血

<<野菜妙用>>

黄花茅根汤凉血止血
白茅茅藕汤辅治诸出血证
委陵菜治疗出血性疾病
黄牛大豆酒除痹止痛
牛蒡杜仲羹补肾强筋治腰痛
鼠曲草汤治蚕豆黄病
东风菜汤防治中暑
猪血黄花菜调治贫血
黄花马齿苋粥调治男子不射精症
巧用野菜防癌抗癌
鱼腥草炖雪梨调治肺癌痰多
蒲公英延胡索蜜饮调治乳腺癌疼痛
蒲公英白茅根饮调治鼻咽癌出血
蒲公英为主辅治癌症小验方
莼菜苡仁赤豆羹调治消化系癌症
莼菜鲤鱼防癌抗癌
莼菜米糊防癌抗癌
荠菜豆腐羹调治胰腺癌
马卤苋槐花粥调治大肠癌
鱼腥草莲子汤调治大肠癌
野红苋菜辅治宫颈癌
马卤苋阿胶汤调治慢性白血病
巧用野菜治外科杂病
马齿苋治流行性腮腺炎
鱼腥草外敷治流行性腮腺炎
蒲公英治流行性腮腺炎
鱼腥草外敷治痈疽疔毒
鲜鸭跖草外敷治疮疡肿痛
牛蒡根粥辅治诸疮肿痛
马齿苋外用治化脓性疾病
马齿苋蜜膏治淋巴结核溃烂
马齿苋苍术饮治疗淋巴管炎
鼠曲草外敷治毒疔初起
马齿苋仙人掌外敷治疗疮肿毒
马齿苋鹅管石外敷治疗乳腺炎
马齿苋南瓜花治急性乳腺炎
蒲公英治乳腺炎
蒲公英药酒辅治乳腺炎
瓜蒌牛蒡公英汤治乳痛初期
黄花菜根治痈肿疼痛
马齿苋外敷治疗丹毒
马齿苋公英佐治急性阑尼炎
薏苡附子败酱散治肠痈
肠痈方治阑尾炎
败酱红藤公英汤治阑尼炎
马兰汤治痔疮肿痛
马齿苋治痔疮、白带

<<野菜妙用>>

马齿苋三叶酸草熏洗方治疗肛门肿痛
蒲公英地榆散痔疮出血
鱼腥草汤治痔疮
金芒液熏洗治臁疮腿
马齿苋冰片治疗烧烫伤
蒲公英治疗烧烫伤
鱼腥草熏洗治毒蛇咬伤
马齿苋外用毒虫咬伤
巧用鲜菜辅治皮肤病
马齿苋汤治痤疮
鲜马齿苋治痱子
鱼腥草水治疗痱子
鱼腥草蒸馏水治皮肤病
马齿苋治疣验方选
马齿苋煎液治湿疹、皮炎
马齿苋苡仁粥辅治带状疱疹
马齿苋治皮肤病小验方
苦菜白鲜皮治皮肤瘙痒症
蕨粉治湿疹
蒲公英杏仁菊花湿敷治阴囊湿疹
巧用野菜辅治妇科病
鼠曲净带汤调治湿热带下
马齿苋芡实瘦肉汤调治湿热带下
马齿苋白果鸡蛋汤治带下
鱼腥草公英忍冬汤治妇科炎症
蒲公英椿根皮汤治滴虫性阴道炎
黄花杞叶瘦肉汤调治月经提前
马齿苋鸡蛋汤调治月经提前
黄花木耳猫肉汤调治血瘀痛经
马齿苋二草汤治疗子宫出血
荠菜治女子崩漏
苦菜调治输卵管不畅所致不孕
黄花菜根炖猪蹄调治乳汁缺乏
二黄猪蹄汤调治产后缺乳
黄花猪肉治血虚乳少
马齿苋地锦草汤治妇科癌症
巧用野菜治儿科杂病
马齿苋汤治小儿百日咳
马齿苋糖浆小儿百日咳
荠菜治小儿麻疹火盛
荠菜汤预防麻疹
鸭跖草辅治小儿急性热病
蒲公英二香汤熏洗辅治小儿夏季热
黄花菜叶治小儿疳积
糖醋马齿苋治小儿钩虫病
蒲公英治小儿便秘
马齿苋外敷治疗小儿火丹

<<野菜妙用>>

巧用野菜治五官科疾病

鸭跖草治疗麦粒肿

蒲公英黄芩液治目赤红肿

黄花菜马齿苋汤辅治红眼病

荠菜根汁点眼疗红眼病

荠菜末治眼生翳膜

马齿苋猪肝汤治夜盲

东风菜炒肉丝清肝明目

东风千里汤清肝明目

枸杞苗桑叶汤疗目赤涩痛

枸地芽煎鸡蛋补虚明目

蒲公英仙人掌汁治中耳炎

蒲公英辛夷煎熏鼻治过敏性鼻炎

牛蒡膏治热毒牙痛

紫云英汁治牙龈出血

蕺菜汁治慢性鼻窦炎

鸭跖薄荷汁治咽喉肿痛

红花蕺菜汤治咽喉肿痛

牛蒡利咽汤治咽喉肿痛

黄花蜜羹治声音嘶哑

<<野菜妙用>>

章节摘录

版权页：插图：三是无污染无残毒。

野菜生长在大自然，生命力强，抗病虫害能力强，没有化肥、农药等有害物质，是纯天然绿色食品，是高质量的无公害蔬菜。

四是风味独特。

野菜吃法多样，可凉拌、炒食、鲜食、烧汤，也可做馅，还可加工成袋装即食菜品，制成干菜或腌制，可长期保存和食用，清鲜味美。

野菜不仅能够丰富餐桌，它还是防病治病的良药。

蒲公英有清热解毒的作用，是糖尿病、肝炎病人的佐餐佳肴。

马齿苋可以消炎解毒，有预防痢疾的作用，并对胃炎、十二指肠溃疡、口腔溃疡有独特的疗效。

荠菜能清肝明目、止血、和脾胃、降压，主要用于痢疾、肝炎、高血压、妇科疾病、眼病、小儿麻疹等，民间有“荠菜当灵丹”的说法。

野苋菜有清热利湿的作用，可治痢疾、肠炎、膀胱结石、甲状腺肿、咽喉肿痛等。

苦菜的功效是清热、凉血、解毒，可治疗痢疾、黄疸、肛瘘、蛇咬伤等。

灰菜的功效是去湿、解毒、杀虫，用于周身痛痒或皮肤湿疹。

蕨菜的功效是清热、利尿、益气、养阴，用于高热神昏、筋骨疼痛、小便不利等。

因为含有多种抗氧化成分和丰富的营养，野菜还被用于化妆品之中，韩国著名化妆品牌罗美克EO野菜系列，则含有天然绿色野菜提取物及含多种野菜成分的淡绿色颗粒，可防止皮肤粗糙，促进新陈代谢，使皮肤活性化。

所以适当食用野菜，还有减肥和美容的功效呢！

<<野菜妙用>>

编辑推荐

《野菜妙用》饥年野菜半年粮，丰年野菜登雅堂；只因能医富贵病，美食良药入妙方。

俗话说“粮再多，野菜也也要备几锅”，百姓的饮食离不开野菜，民间还流传有“门前一树椿，春菜不担心”、“春食荠菜赛仙丹”等，说明野菜还是养生佳品，《野菜妙用》作者于长期临床实践中搜集、总结了数百种野菜治病良方、单验方、秘方，简便易行，疗效可靠。

巧用野菜防治感冒，巧用野菜辅治咳喘，巧用野菜辅治胃病，巧用野菜防治肠道疾病，巧用野菜辅治肝胆病，巧用野菜辅治肾病，巧用野菜辅治淋证，巧用野菜辅治高血压、高血脂，巧用野菜治内科杂病，巧用野菜防癌抗癌，巧用野菜治外科杂病，巧用鲜菜辅治皮肤病，巧用野菜辅治妇科病，巧用野菜治儿科杂病，巧用野菜治五官科疾病。

《野菜妙用》提供针对数十种疾病的250余条野菜使用妙计！

<<野菜妙用>>

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>