

<<本草纲目家庭读本>>

图书基本信息

书名：<<本草纲目家庭读本>>

13位ISBN编号：9787513202367

10位ISBN编号：7513202362

出版时间：2011-1

出版时间：中国中医药出版社

作者：庞德湘 编

页数：266

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>

<<本草纲目家庭读本>>

内容概要

本书精选《本草纲目》中与大众日常饮食密切相关者，突出饮食调理，重在未病先防、既病防变。一册在手，居家饮食合理搭配，小毛小病自我康复，您的生活将受益匪浅。

<<本草纲目家庭读本>>

作者简介

庞德湘，男，医学博士，主任中医师，教授，浙江省名中医，浙江中医药大学附属第二医院肿瘤科主任，擅长肿瘤的中医治疗和常见杂病的调护。

<<本草纲目家庭读本>>

书籍目录

草部
木部
谷部
菜部
果部
虫部
介部
禽部
兽部
人部
土部
金部
石部
药名索引

章节摘录

版权页：插图：鲤鱼1条。

鲤鱼洗净，剖开去鳞甲、肠杂，放入天麻、川芎，加生姜、胡椒、盐等，置碗中，添适量的水，蒸熟，除去川芎食用。

本方以天麻平抑肝阳而止痛，川芎镇静止痛。

用于肝阳上亢或高血压眩晕头痛。

2.天麻杜仲酒：天麻、杜仲、木瓜各50克，以白酒500毫升浸渍，每日服用一小杯。

本方以天麻祛风止痛，杜仲强筋骨、止腰痛，木瓜除湿、舒筋活络。

用于风湿痹痛，肢体麻木，腰膝酸痛，筋脉拘挛。

3.天麻炖鸡：母鸡1只（重约1500克），天麻15克，水发冻菇50克，鸡汤500克，调料适量。

将天麻洗净切片，放入碗中，上笼蒸10分钟取出。

鸡去骨切成小块，用油余一下，捞出。

葱、姜用油煸出味，加入鸡汤和调料，倒入鸡块，用文火焖40分钟，加入天麻片，再焖5分钟，勾芡，淋上鸡油。

佐餐或单食均可。

具有平肝息风，养血安神的作用。

用于肝阳上亢之眩晕头痛，风湿痹之肢体麻木、酸痛，中风瘫痪，神经性偏头痛，神经衰弱之头昏、头痛、失眠等证。

4.天麻竹沥粥：天麻10克，竹沥30克，粳米100克，白糖适量。

将天麻浸软，切成薄片，与粳米加水煮粥，调入竹沥、白糖即成。

粥及天麻片在1天内分2次服用。

具有平肝息风，清热化痰作用。

适用于肝风痰热的病证，症见发作前常觉眩晕头痛、胸闷乏力、心烦易怒，发作时突然昏仆、神志不清、抽搐吐涎，移时渐苏，醒后如常人。

<<本草纲目家庭读本>>

编辑推荐

《本草纲目家庭读本》是明代医学家李时珍闻名世界的巨著，是“中医药的一个伟大宝库”，是几千年来知识积累，为中华民族的昌盛作出了巨大贡献。

<<本草纲目家庭读本>>

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>