

<<小故事大健康>>

图书基本信息

书名：<<小故事大健康>>

13位ISBN编号：9787513209120

10位ISBN编号：751320912X

出版时间：2012-7

出版时间：中国中医药出版社

作者：李青，宋月航 著

页数：216

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>

## <<小故事大健康>>

### 内容概要

《小故事大健康》以生动通俗的语言介绍了千古中医传奇故事及饮食趣闻，配有药膳食疗验方。通过《小故事大健康》，读者能够快速了解中医养生保健知识，轻松学会饮食保健养生。

## 作者简介

李青，毕业于吉林省北华大学医学院临床医学专业，现为吉林省集安市医院五官科医师。在长期的临床实践中，对疾病的发生机制和常见病的防治有自己独到的见解，擅长中医食疗、运动养生及慢性疾病的调治。

宋月航，现为中国科普作家协会会员，吉林省作家协会会员，吉林省民间文艺家协会会员。擅长将专业的医学理论知识转化成通俗易懂的大众传播语言，使之更贴近和服务于公众的健康生活。先后在《人民日报》、《中国青年报》、《家庭医生》、《民间故事》等近百家报刊杂志上发表文章千余篇，其中有数十篇作品获奖。

出版著作：《万事万物的由来》、《中国古代经典奇案》、《中国古代狱案故事》等。其中，《万事万物的由来》荣获河南省1991—1992年度优秀图书奖；1992年荣获第六届全国图书“金钥匙”优胜奖；1996年荣获第三届全国优秀科普作品三等奖。

## &lt;&lt;小故事大健康&gt;&gt;

## 书籍目录

蔬菜水果的传说 香菜的传说 长寿菜的传说 山芋的传说 薤菜的传说 菜花的传说 萝卜的传说 汴梁西瓜的传说 哈密瓜的传说 刺梨的传说 鸭梨的传说 烟酒茶糖的传说 香烟的传说 漂烟的传说 国酒茅台的美丽传说 双沟大曲的传说 杜康醉刘伶的传说 羊羔补酒的传说 铁观音的传说 太平猴魁茶的传说 茉莉花茶的传说 蒙顶茶的传说 梨膏糖的传说 桂花糖的传说 冰糖的传说 冰糖葫芦的传说 中草药的传说 何首乌的传说 生姜的传说 佛手的传说 花蕊石的传说 冰片的传说 蟾蜍的传说 天麻的传说 蒲公英的传说 蛇床子的传说 土鳖疗骨伤的传说 黄连的传说 乌药的传说 医林对联 纪晓岚题联讽庸医 纪晓岚题联逼庸医改行 李时珍药联结佳偶 一副对联37味中药 药名方名成妙对 医林诗话 无名异的神奇妙用 董奉杏茶治瘴 一首刻在墓碑上的中药名诗 金兰升投诗求医 蒲松龄诗咏冬虫夏草 曹操诗谜考华佗 医林趣闻 华佗治蜂毒 小婢女与野草 叶天士自摘招牌 “不为良相，愿为良医”的由来 李时珍与锦绣谷之缘 一个特殊的药引 淋雨透疹去痘 钱乙与马兰头 朱震亨用梧桐叶治“难产” 武则天与虫草全鸭 曹雪芹妙用泥鳅治黄疸 医林之谜 奇泉异水 王朗猝死之谜 楚惠王吞食水蛭为什么能治愈积血病 慈禧流鼻血之谜 医林古籍 李时珍的《本草纲目》 张介宾的《景岳全书》 饮食禁忌 核桃的食用与禁忌 栗子的食用与禁忌 葵花子的食用与禁忌 菠萝的食用与禁忌 葡萄的食用与禁忌 蘑菇的食用与禁忌 饮食趣闻与窍门 神农氏的水晶肚子 吕洞宾盗核桃 乐毅造豆腐 孔子造“鲜”字 秦始皇厨师做鱼丸儿 康熙皇帝吃玉米粥 美食掌故与窍门 年糕 佛手点心 荷月酥 宣城捏酥 白银如意 小窝头 无锡肉骨头 滑肉 笋炆肉 缠丝兔 脯雪黄鱼 宫门献鱼 各民族饮食习俗与窍门 寒食节的传说 重阳节为啥要吃糕 冬至吃饺子的来历 初生婴儿喝三黄汤 喝豆浆的风俗 舟山除夕不杀鸡 人为什么吃猪肉 满族人为什么不吃狗肉 立夏为什么要秤人吃塌饼 吃乌米饭的原由 咸菜为啥要叫“咸鸡” 小毛头开荤尝鹅肉 为什么温州人过年要买活鲤鱼 生孩子为什么要吃海带 为什么二月二日要吃猪头 …… 常用食疗方 饮食养生歌谣

## &lt;&lt;小故事大健康&gt;&gt;

## 章节摘录

有一天，天龙把杜郎叫到身旁，亮明了自己的身份，说自己是天龙下凡，在人间云游时患病不能返回天宫，多亏杜郎相救。

并告诉杜郎，不管他有什么要求，都会满足他的愿望。

杜郎说：“我什么也不求，只求一治眼良方，为母亲消除疾病，使她安度晚年。”

为再次考验杜郎对母亲的孝心，天龙为他母亲开了一剂药方后，交代说，药好抓，但药引子难求。

杜郎一听能治母亲的眼病，喜出望外，急忙说：“不管什么药引子，就是上刀山，下火海，我也要找到。”

天龙说：“药引子就是人肉，没有人肉作引子，神药难治。”

杜郎说：“只要母亲能早日重见天日，从身上割下一块肉何难？”

随后，杜郎就拿起刀来，挽起裤腿，“哧啦”从腿上割下一块肉，随即红光一闪，杜郎疼得失去了知觉。

待他醒来，老人已经没有了踪影，而杜郎的腿，不仅没有流血，而且连个疤痕也没有。

杜郎用割下的肉作为药引子，为母亲熬药治病。

在杜郎的精心照料下，杜郎母亲的双眼很快重见了光明。

天龙回到天庭后，向玉帝和各位天仙讲起了在人间的所见所闻和杜郎的为人，天仙们无不为之感动。

而天龙的妹妹天女也被杜郎的人品所打动，产生了爱慕之情，决心下凡到人间一见杜郎。

但天庭有规，仙人不得下凡。

天女一次次求哥哥天龙相助，天龙被妹妹的痴情所动，就设法让妹妹私自下凡。

这天，天龙向玉帝奏报，说管理天宫花圃的仙官升迁别处任职，欲推荐天女去管理花圃，一来那里的环境好，可让妹妹生活快乐。

二来妹妹也可以学习一些生活经验。

玉帝闻奏，称天龙善解人意，天龙大喜，可想到人间生活艰难，不禁为妹妹落下泪来。

临行前，兄妹俩恋恋不舍，天龙也是千叮咛万嘱咐，并在天女下凡前偷偷跑到百果园，摘了一束仙梨树上的枝条，交给天女并交代说，杜郎所在的村边有一片杜梨树，你下去把梨枝嫁接到杜梨树上，结出果实后，一来可以食用，二来可以卖些银两度日。

天女下凡后，果见杜郎一表人才，爱意更浓，决心与杜郎结为夫妇。

她扮做村姑，来到了杜家。

……

<<小故事大健康>>

编辑推荐

细说千古中医故事，趣话名药名方传说，轻松走进中医世界；感受古老中医的神奇魅力.学以致用，饮食养生，保健一生。

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>