第一图书网, tushu007.com

<<女性补益靓汤>>

图书基本信息

书名：<<女性补益靓汤>>

13位ISBN编号：9787533520656

10位ISBN编号：7533520653

出版时间：2002-10-1

出版时间：福建科学技术出版

作者：黎照环

页数：72

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

第一图书网, tushu007.com

内容概要

城市人食疗系列二。
各种都市流行病影响健康，本书用中西医结合的方法，从科学角度，提供数十款卓有疗效的食疗食谱。
75款女性补益靓汤，花样繁多，易制又味美；介绍用平价食材代替燕窝养颜的方法；大头菜和臭草可作美容妙品；巧用各种生草药炮制靓汤；崩大碗鲮鱼球老火汤功效如同花旗参而味更胜之；鲨鱼骨配生地黄可治急生声嘶；芥菜可舒筋活络，有谓其性寒凉实为误传……

第一图书网, tushu007.com

作者简介

黎照环 出生于中医世家。
早年毕业于广州中山医学院医疗系。
毕业后一直从事医疗、教学和临床研究工作。

去香港前后，历任中山医学院临床教师，中华医学会佛山分会内科学会秘书，中国中医药学会广州分会顾问医师，香港中医学会理事、学术部副主任，会立中医学院副教务长

第一图书网, tushu007.com

<<女性补益靓汤>>

书籍目录

常识篇
女性不同阶段的养生之道
女性的饮食原则
煲“ 靓汤 ”的方法
月经病及其食疗原则
带下病及其食疗原则
食疗篇
黑豆煲胡子鲇
冬菇蚌肉汤
芎归地桂乌鸡汤
莲子芡实墨鱼猪肉汤
调经止血乌龟汤
附录
防治月经病的汤水
防治带下病的汤水
妊娠期保健汤水
产褥期保健汤水
更年期保健汤水
等等

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