

<<食疗>>

图书基本信息

书名：<<食疗>>

13位ISBN编号：9787537544139

10位ISBN编号：7537544131

出版时间：2011-8

出版时间：王玉洁、姚娜、胡冬菊 河北科学技术出版社 (2011-08出版)

作者：王玉洁，姚娜，胡冬菊 编

页数：284

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>

## <<食疗>>

### 内容概要

《最有效最省钱的治病绝招：食疗》详细、准确、系统地介绍了食疗的知识和具体方法，融实用性、科学性和科普性于一体，内容深入浅出，言简意赅，使读者看过即可掌握，一人读书，全家受益，实为医务人员和广大患者的良师益友。

相信本书会对您养生、保健以及各种疾病的家庭治疗有很大的帮助。

## &lt;&lt;食疗&gt;&gt;

## 书籍目录

第一篇食疗基本知识 什么是食物疗法 食疗中药的性味 食疗的宜忌 选料与加工 烹调技术 食疗的应用原则 食物的四气 食物的五味 食物的升降浮沉 食物的归经 以脏补脏 食物的配伍关系 食物的配方原则 食疗的基本原则 患病期间的饮食禁忌 不同病证的饮食禁忌 服药期间的饮食禁忌 孕期和产后的饮食禁忌

第二篇常见病的饮食治疗 感冒 急性支气管炎 慢性支气管炎 支气管哮喘 支气管扩张 肺炎 阻塞性肺气肿 肺结核 肺脓肿 急性胃炎 慢性胃炎 消化性溃疡 功能性消化不良 胃下垂 呃逆 痢疾 溃疡性结肠炎 腹泻 便秘 肝炎 肝硬化 脂肪肝 胆囊炎 胆石症 胰腺炎 动脉硬化症 高血压 低血压 心律失常 心绞痛 高脂血症 肥胖症 糖尿病 甲状腺功能亢进症 干燥综合征 痛风 失眠 神经衰弱 头痛 癫痫 老年性痴呆 卒中后遗症 骨质疏松症 急性肾小球肾炎 慢性肾小球肾炎 肾盂肾炎 肾结石 缺铁性贫血 再生障碍性贫血 血小板减少性紫癜 白细胞减少症 阳痿 遗精 早泄 男性不育症 前列腺炎 前列腺增生症 痔疮 类风湿性关节炎 颈椎病 腰椎间盘突出症 颈部淋巴结结核 乳腺炎 经前期紧张综合征 月经不调 痛经 闭经 功能性子宫出血 带下病 先兆流产 习惯性流产 妊娠呕吐 妊娠水肿 产后缺乳 产后恶露不绝 不孕症 更年期综合征 子宫脱垂 风疹 麻疹 水痘 猩红热 百日咳 流行性腮腺炎 厌食症 小儿腹泻 佝偻病 小儿多动症 遗尿症 寻常痤疮 荨麻疹 银屑病 湿疹 神经性皮炎 皮肤瘙痒症 带状疱疹 脱发 冻疮 白内障 青光眼 梅尼埃病 耳鸣、耳聋 慢性鼻炎 过敏性鼻炎 鼻出血 咽炎 口腔溃疡 牙周炎 参考文献

## 章节摘录

版权页： 食物的升降浮沉 食物的升降浮沉，是指食物的作用趋向而言。

在正常情况下，人体的功能活动有升有降，有浮有沉。

升与降、浮与沉相互失调或不平衡，可导致机体发生病理变化。

如脾气当升不升，则浊气下降，表现为脱肛、子宫脱垂等下陷的病证；胃气当降不降，则可表现为呕吐、呃逆等气逆病证。

利用食物本身升降浮沉的特性，可以纠正机体的升降浮沉的失调。

一般来说，食物的升降浮沉与食物的气味有密切的关系，即食物的气味性质与其阴阳属性决定食物的作用趋向。

凡食性温热、食味辛甘淡食物，其属性为阳，其作用趋向多为升浮，如姜、蒜、花椒等；凡食性寒凉，食味酸、苦、咸的食物，其属性为阴，其作用趋向多为沉降，如杏仁、梅子、莲子、冬瓜等。

食物的归经 食物的归经是指食物主要对人体某些脏腑及其经络有明显选择性的特异作用，而对其他经络或脏腑作用较小或没有作用。

它是根据食物被食用后反映出来的效果，并结合人体脏腑经络的生理病理特点概括得来的。

生姜、桂皮能增进食欲，萝卜、西瓜能生津止渴，而胃主受纳，又喜润恶燥，食欲减退、津少口渴之症属于胃，故以上四物归属胃经；柿子、蜂蜜能养阴润燥、缓和咳嗽喉燥，咳嗽咳痰之症属于肺。

故以上二物归属肺经；枸杞子、猪肝能治夜盲、目昏，海蜇、茺蒿能治头晕目眩，而肝开窍于目，目得血而视明，肝热上升则目赤肿痛，诸症皆属于肝，故以上四物归属肝经。

而如胡桃仁、甜杏仁、香蕉之类，既能润燥止咳，又能通利大便，且所治之肺燥咳嗽、肠燥便秘之症属于肺与大肠，故以上三物归属肺与大肠二经。

以脏补脏 以脏补脏是指用动物的脏器来补养人体相应的脏腑器官，或治疗人体相应脏腑器官的病变。

如用猪肝来补肝明目，用猪肾来补肾益精，用胎盘治疗不孕症等。

前人在长期的医疗保健实践中，观察到许多动物的脏器不仅在外形和解剖结构上与人体相应的脏器形似，而且在功能上也与人体相应脏器相近，从而对相应脏腑有补益或治疗作用。

各种动物脏器对人体脏腑器官的作用，各有偏重，如有的偏于补气，有的重在补血，有的偏于补阳，有的偏于养阴。

因此，在具体应用时，应根据其特点和人体脏腑器官的具体情况来考虑。

### 编辑推荐

《最有效最省钱的治病绝招:食疗》详细、准确、系统地介绍了食疗的知识和具体方法,融实用性、科学性和科普性于一体,内容深入浅出,言简意赅,使读者看过即可掌握,一人读书,全家受益,实为医务人员和广大患者的良师益友。

相信《最有效最省钱的治病绝招:食疗》会对您养生、保健以及各种疾病的家庭治疗有很大的帮助。

#### 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>