第一图书网, tushu007.com

<<家庭养生药膳>>

图书基本信息

书名：<<家庭养生药膳>>

13位ISBN编号：9787538010824

10位ISBN编号：7538010823

出版时间：2003-3

出版时间：内蒙古科学技术出版社

作者：张家林编

页数：288

字数：246000

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

内容概要

“ 药膳 ”这个名词，出自我国《后汉书 · 烈女传》中的“ 母亲调药膳，思情密笃 ”。
这句话的意思是说，母亲为儿女调制药膳食品来食用，他们之间的情感想来该是何等的密切而真诚。
这个故事记载于两千多年前的文献，它表明药膳这种食物，不但历史悠久，而且经久不衰，经过历代继承和改进，仍然保持了它的生命力，如今还具有其现实的意义。
　中医中药是国粹之一，中国传统的医学领域里，药膳是其中的特色之一，它禀承中国食疗保健“ 医食同源 ”、“ 药食并用 ”的传统理论，指导我们的日常生活。
我国人群中文明病少于西方人，而且长寿之人也居多，不能说与饮食结构无关。
　本书是集科普性、实用性、可读性、趣味性为一体的读物，希望能将中医药膳知识普及到普通百姓，使之家喻户晓。

<<家庭养生药膳>>

书籍目录

第一章 概述 一 中国药膳源流 二 药膳配伍原则 三 药膳的禁忌 四 药膳的服食方法 五 药膳的应用范围 六 药膳的应用原则 七 药膳的烹调特点和要求 八 药膳的制作方法 九 药膳的调味第二章 滋补强身保健药膳 一 补血药膳方 二 补气药膳方 三 气血双补药膳方 四 滋补阴虚药膳方 五 补虚壮阳药膳方 六 滋补阴阳两虚药膳方 七 延年益寿药膳方 八 美容保健药膳方第三章 常见病药膳 一 感冒药膳方 二 中暑药膳方 三 失眠药膳方 四 哮喘药膳方 五 胃痛药膳方 六 贫血药膳方 七 呃逆药膳方 八 甲状腺肿大药膳方 九 甲状腺功能亢进药膳方 十 支气管炎药膳方 十一 高血压药膳方 十二 高脂血症药膳方 十三 冠心病药膳方 十四 病毒性肝炎药膳方 十五 肾炎药膳方 十六 糖尿病药膳方 十七 肺炎药膳方 十八 便秘药膳方 十九 泄泻药膳方第四章 儿科病药膳 一 小儿麻疹药膳方 二 小儿水痘药膳方 三 百日咳药膳方 四 流行性腮腺炎药膳方 五 小儿疳积药膳方 六 小儿遗尿药膳方第五章 妇科病药膳 一 痛经药膳方 二 带下病药膳方 三 妊娠水肿药膳方第六章 癌症药膳 一 防癌抗癌药膳方

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