

<<山楂治百病>>

图书基本信息

书名：<<山楂治百病>>

13位ISBN编号：9787543941007

10位ISBN编号：7543941007

出版时间：2010-1

出版时间：上海科学技术文献出版社

作者：张仁庆 等编著

页数：230

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>

## <<山楂治百病>>

### 内容概要

《山楂治百病》主要包括：山楂的生物学特性、山楂趣闻、历史文献对山楂的论述、山楂有哪些种类、山楂的营养适宜哪些人群、山楂为什么最能抗衰老、为什么吃山楂不能太贪嘴、怎样吃山楂最科学、山楂与现代疾病、高血压、高血脂、冠心病、心绞痛、心肌梗死、动脉硬化、阵发性心动过速、肥胖症、肾炎等。

## <<山楂治百病>>

### 作者简介

张仁庆，1955年3月出生于山东烟台，毕业于山东师范大学中文系，1998年毕业于中国社会科学院研究生院，法学系经济法专业硕士研究生。

现任中国人口文化促进会会员，社会经济文化交流协会常务理事，国家级中式烹调评委、中国食文化中心主任、中国食文化丛书主编。

他致力于中国食

## &lt;&lt;山楂治百病&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 概述 一、山楂的生物学特性 二、山楂趣闻 三、历史文献对山楂的论述 四、山楂有哪些种类 五、山楂的营养适宜哪些人群 六、山楂为什么最能抗衰老 七、为什么吃山楂不能太贪嘴 八、怎样吃山楂最科学第二章 山楂与现代疾病 一、高血压 二、高血脂 三、冠心病 四、心绞痛 五、心肌梗死 六、动脉硬化 七、阵发性心动过速 八、肥胖症 九、肾炎 十、胃炎 十一、胃下垂 十二、慢性肠炎 十三、痛风 十四、风湿性关节炎 十五、哮喘第三章 山楂与内科疾病 一、消化不良 二、积食 三、食肉不化 四、腹胀 五、伤食腹痛 六、胃酸少 七、饭后腹胀 八、腹泻 九、赤痢疾 十、白痢疾 十一、便秘 十二、水肿 十三、小肠疝气 十四、积痰第四章 山楂与儿科疾病 一、小儿肥胖 二、小儿厌食 三、小儿伤食 四、小儿积食 五、小儿停食停乳 六、小儿脾虚久泻 七、小儿脾胃不和 八、小儿细菌性痢疾 九、小儿绦虫病 十、小儿腹胀 十一、小儿腹泻 十二、小儿多痰 十三、小儿湿疹 十四、小儿便秘第五章 山楂与妇科疾病 一、月经不调 二、痛经 三、产后恶露不净 四、产后腹痛 五、产后腹胀 六、产后积食 七、停经 八、妇科炎症 九、妇科肿瘤第六章 山楂与急性疾病 一、急性肾炎 二、肠炎痢疾 三、伤食腹泻 四、感冒 五、脾虚急泻第七章 山楂与外科疾病 一、冻疮 二、蚊虫叮咬 三、斑块脱发 四、红肿 五、青肿 六、瘀血 七、跌打损伤 八、皮肤瘙痒 九、痱子 十、粉刺 十一、脚气 十二、肿瘤疾病第八章 山楂美食谱 一、健脾美肤兔肉 二、腌红果八宝丝 三、蜜饯山楂糕 四、山楂荔枝汤 五、山楂降压汤 六、蜜三果.....第九章 山楂制品篇第十章 服食山楂有哪些宜忌

## &lt;&lt;山楂治百病&gt;&gt;

## 章节摘录

山楂虽然是佳果良药，但是食用并非多多益善，也并非人人宜吃。

首先，孕妇要少吃山楂。

山楂可加速子宫收缩，会导致早产，最好“敬而远之”。

其次，儿童不宜多吃山楂。

儿童正处于牙齿更替时期，长时间贪食山楂或山楂片、山楂糕点，对牙齿生长不利。

食完山楂后还要注意及时漱口，以防山楂对牙齿的危害。

第三，脾胃虚弱者宜少吃山楂。

因为山楂助消化是通过“破气”去消积滞，如果食之过多，就会伤人中气。

另外，过量吃山楂有可能导致患胃结石。

山楂中果胶和单宁酸含量较高，接触胃酸后凝结成不溶于水的沉淀，会与山楂皮、山楂纤维和食物残渣等胶着在一起形成胃结石，结石可引起胃溃疡、胃出血，甚至胃壁坏死和穿孔。

八、怎样吃山楂最科学山楂除了生吃或制成果脯、山楂糕（卷）、红果酱、色拉、山楂汁（酒）、罐头、糖葫芦等休闲食物外，还可以制成美味的菜肴，如山楂肉丝、点心馅、山楂饼等。

山楂之所以受到人们的钟爱，既能防病治病，又能健体养生。

传说唐玄宗的宠妃杨玉环（也有说是宋光宗的宠妃）患有脘腹胀满、大便泄泻、不思饮食之疾。

皇帝诏令御医为皇妃治疗，用遍了名贵药品，病情反而加重。

时有一道士路过皇宫，自荐为皇妃治病。

<<山楂治百病>>

编辑推荐

《山楂治百病》由上海科学技术文献出版社出版。

<<山楂治百病>>

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>