

<<中华药膳大宝典>>

图书基本信息

书名：<<中华药膳大宝典>>

13位ISBN编号：9787562324898

10位ISBN编号：7562324891

出版时间：2006-11

出版时间：华南理工大学出版社

作者：吴家镜

页数：580

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>

<<中华药膳大宝典>>

内容概要

药膳是中国传统宝贵的文化遗产之一，也是中医养生学的重要内容。

药膳发源于古代，中国历代研究、整理药膳的著作极多。

本书在中医基本理论的指导下，全面阐述辨证施膳，以期达到预防、治疗和保健的目的。

这也是本书的特色。

目前国外正在掀起“中医中药热”，提出“回归大自然”，寓医疗保健于生活之中，运用非药物养生保健。

中药的药膳正符合人们这种需求，受到重视和欢迎，在世界各地享有较高声誉。

本书内容充实，条目清楚，文字简练，颇有新意，是一本集医疗、保健、美食于一体的工具书。

原本书为振兴中医中药事业作出应有的贡献。

<<中华药膳大宝典>>

书籍目录

第一编 药膳概论 中国药膳源流 药膳基本知识 药膳应用原则 论饮食药食同源 中药治疗法 健康的四大秘诀 表里论位·热寒论性·实虚论势 你的体质属于哪一类 食物性质有哪几类 吃三餐不只是果腹 吃入食物表现“四气” 五味入五脏 有什么体质就吃什么食物 药膳常用食物 药膳常用药物 补气类 补血类 补阳类 补阴类 杂类第二编 常见食物的药膳疗法 葱 大蒜 香菜 芹菜 韭菜 黄鹌菜 睡菜 苕菜 空心菜 刺苋菜 芥菜 碎米荠 蕨儿菜 葵菜 稻槎菜 焯菜 包菜 清明菜 苦菜 莼菜 油菜 胭脂菜 刺儿菜、大蓟 睡莲 蕺荷 竹叶菜 鹅肠菜 罗布麻 委陵菜 墨菜.....第三编 保健增寿药膳第四编 常见病药膳秘方

<<中华药膳大宝典>>

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>