第一图书网, tushu007.com

<<食粥降血脂>>

图书基本信息

书名：<<食粥降血脂>>

13位ISBN编号：9787801942937

10位ISBN编号：7801942930

出版时间：2004-7-1

出版时间：人民军医出版社

作者：胡献国

页数：255

字数：194000

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

本书由长期从事中医食疗研究的知名老中医编写，共分为4章。
第1章论述了高脂血症的定义、诊断、饮食调理原则及饮食宜忌；第2章系统论述了具有降脂作用的各类中药及食物140余种，从其来源、性味归经、功效主治、用量用法、注意事项、药理(营养)研究等方面进行了介绍；第3章介绍了高脂血症患者常用的粥疗方近300首，每首方剂均按原料、制法、功效、适应证逐项介绍，条理清晰、阐述简明、取材容易、使用方便；第4章介绍了高脂血症患者的辨证食治，使用者可根据自身需要，选择相应的粥疗方，达到食疗养生、祛疾延年的目的。
　本书反映了当前国内高脂血症饮食治疗的现状及进展，融科学性、实用性于一体，既可作为高脂血症患者自我保健、养生、预防、治疗之参考，又可作为从事中医食疗学教学及科研人员和广大中医食疗爱好者的参考用书。

<<食粥降血脂>>

书籍目录

第一章 概述 一 高脂血症的定义 二 高脂血症的诊断 三 高脂血症的饮食调理原则 四 高脂血症的饮食宜忌第二章 常用降脂中药和食物 一 常用降脂中草药 1. 人参 2. 何首乌 3. 灵芝 4. 决明子 5. 虎仗 6. 大黄 7. 泽泻 8. 梧桐叶 9. 红花 10. 桑寄生 11. 荷叶 12. 三七 13. 丹能 14. 蒲黄 15. 瓜蒌 16. 茶树根 17. 乌梅 18. 地骨皮 19. 槐花 20. 冬虫夏草 21. 黄精 22. 女贞子 23. 益母草及茺蔚子 24. 没药 25. 月见草 26. 桑叶 27. 茵陈蒿 28. 陈皮 29. 青皮 30. 枳实 31. 枳壳 32. 香橼 33. 郁金 34. 莪术 35. 海藻 36. 昆布 37. 黄芪 38. 金樱子 39. 仁仲 40. 珍珠及珍珠母…… 二 常用降脂食物 三 常用降脂药食的作用机制第三章 常用降脂粥方第四章 辨证选粥

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