

<<感冒食譜>>

图书基本信息

书名：<<感冒食譜>>

13位ISBN编号：9789867642783

10位ISBN编号：9867642783

出版时间：20041029

出版时间：二魚

作者：鄭振鴻

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>

<<感冒食譜>>

內容概要

你感冒了嗎？

感冒症狀舒緩秘方，讓你舒服喝茶快快痊癒！

當周圍有人感冒時，害怕被傳染？

頭昏昏想睡覺，怎麼上班？

常常感冒嗎？

到底喝什麼才舒服？

感冒是平日發生頻率很高的疾病，季節轉變、天氣冷暖不定的時候特別容易感冒，除了看醫生外，在居家調養方面，更可利用中藥沖泡方便茶飲，舒緩不適症狀。

作者具有中西醫專業的豐富臨床經驗，從預防及治療的角度，介紹對感冒具有療效的藥材及食材，教您如何判別感冒類型、對症尋方。

當周圍有人感冒時，就要小心囉！

請參考感冒警報篇。

發現有感冒徵兆，出現初期流鼻水打噴嚏的症狀，開始惡寒發燒發熱時，我該怎麼辦？

盡速服用簡易泡製的中藥茶飲，可有效抵抗病毒。

咳嗽不止、發燒不退……，當感冒症狀一直不見好轉，請看舒緩症狀篇。

生病時往往食慾不振，因此這個單元除了茶飲外，也介紹多種湯品及粥，暖暖地喝，幫助身體對付難纏病源。

並附有索引整理，讓您依感冒類型，迅速找到適合的飲食處方。

<<感冒食譜>>

作者簡介

鄭振鴻

學歷

中國醫藥大學中醫學系畢業，中國醫藥大學中西醫學研究所碩士

現職

臺北市立中醫醫院副院長，臺北市中醫師公會常務理事

經歷

臺北市立和平醫院西醫一般內科從事西醫工作七年，改做中醫師，從事中西醫學之臨床研究探討。

曾主持國科會、衛生署中醫藥委員會、衛生局研究計劃，多年來經常接受大眾傳播採訪，所發表著作文章散見各大報章雜誌。

84年榮獲行政院模範公務人員發表揭，並著有《台灣常用食物療效180種》、《四季調養藥膳》、《養身保健茶飲》、《營養廚房》（大陸版）等書。

<<感冒食譜>>

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>