

<<百果治百病>>

图书基本信息

书名：<<百果治百病>>

13位ISBN编号：9787216055420

10位ISBN编号：721605542X

出版时间：2008-5

出版时间：湖北人民出版社

作者：倪克梁

页数：175

字数：119000

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>

<<百果治百病>>

内容概要

水果可以调节体内代谢，预防疾病，增进健康。

常吃水果对高血压、冠心病的防治大有好处。

水果不但有清心润肺的作用，还对防治癌症等肿瘤疾病有直接或间接作用。

但吃水果并非越多越好。

专家告诉我们，应该根据自己的体质选择不同的水果。

水果可以调节体内代谢，预防疾病，增进健康。

常吃水果对高血压、冠心病的防治大有好处。

但吃水果并非越多越好。

专家告诉我们，应该根据自己的体质选择不同的水果。

本书正是一本介绍“百果治百病”的专著，书中对所载果品的功效、主治病证进行了阐述。

<<百果治百病>>

作者简介

倪克梁，男，1960年出生，浙江绍兴人。

1982年毕业于浙江医科大学医疗系。

现任主任医师、兼职教授、上海市市北医院院长、上海市特色医疗专科肿瘤专科主任、中国医促会胃病专业委员会常务理事、上海市中西医结合学会外科专业委员会委员，《世界肿瘤杂志》编辑委员会主任。

<<百果治百病>>

书籍目录

桃子杨桃猕猴桃杏子苹果花红梅子柿子山楂枇杷柑佛手柑橘子橙子柚子柠檬(莱姆)金橘杨梅樱桃龙眼荔枝草莓莓的家族桑葚橄榄凉粉果梨刺梨李子大枣沙枣海枣香蕉石榴椰子番石榴菠萝葡萄(红提)无花果芒果甘蔗木瓜西瓜甜瓜哈密瓜罗汉果枸杞红毛丹莲雾莲藕莲子黄皮火龙果榴莲百香果佛头果酪梨枳根子海棠果山竹神秘果蛋黄果人参果槟榔芡实荸荠菱百合使君子藏青果慈姑

<<百果治百病>>

章节摘录

插图：猕猴桃食疗推荐1．冰糖猕猴桃：猕猴桃(去皮核)250克，冰糖适量。

将猕猴桃洗净，去皮核，切成小块，置于碗中，放入冰糖，上笼蒸至桃肉熟烂，取出即可食用。

此食具有生津养阴，降压降脂的功效，适用于高血压，高血脂，冠心病，咽喉疼痛，心烦口渴等病症。

常人食之，能滋润肌肤，乌发养颜。

2．猕猴桃银耳羹：猕猴桃100克，水发银耳50克，白糖适量。

将猕猴桃洗净，去皮、核切片；水发银耳去杂，洗净撕片，放锅内，加水适量，煮至银耳熟，加入猕猴桃片、白糖，煮沸出锅。

此羹具有润肺生津，滋阴养胃的功效。

适用于烦热，消渴，食欲不振，消化不良，肺热咳嗽，痔疮等病症。

健康人食之能提高抗病能力，预防癌症，泽肤健美，延年益寿。

3．猕猴桃酱：鲜猕猴桃1000克，白糖适量。

选用熟透的猕猴桃，洗净沥干水分，去皮；将糖放入锅中，加适量清水，熬成糖液，取出一半，将猕猴桃肉放入糖液中，煮沸15分钟左右，待果肉煮成透明，无白心时，再倒入另一半糖液，继续煮20分钟，边煮边搅；煮好后，将果肉捣成泥状，离火，略凉，装入瓶中贮藏即可。

每次食用20克，每日3次。

此酱具有清热通淋，养阴生津的功效。

适用于热淋小便不通，口渴，痔疮等病症。

<<百果治百病>>

编辑推荐

《百果治百病》由湖北人民出版社出版。

<<百果治百病>>

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>