

<<食物是最好的医生>>

图书基本信息

书名：<<食物是最好的医生>>

13位ISBN编号：9787506442329

10位ISBN编号：7506442329

出版时间：2007-5

出版时间：第1版 (2007年5月1日)

作者：王勇

页数：217

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>

## <<食物是最好的医生>>

### 内容概要

食物可以治疗疾病，这是古往今来早已形成的共识。

在我国，甚至形成了历史悠久的食疗文化。

按照食疗理论，任何一种食物，只要合理食用，都会有助于健康。

《食物是最好的医生：是药三分毒 健康食中寻》将传统食疗和中医自我平衡理论相结合，让我们每天都能接触的看似普通的食物，成为我们最贴心的医生。

无论是感冒，还是失眠、高血压、糖尿病.....都能在《食物是最好的医生：是药三分毒 健康食中寻》中找到非常有用的食疗方法，我们也衷心希望广大读者能够在《食物是最好的医生：是药三分毒 健康食中寻》的指导下远离病痛，拥有更多的健康与快乐。

## <<食物是最好的医生>>

### 作者简介

王勇，北京大学国际关系学院副教授，国际政治经济研究中心主任，外交部党校教授。  
北京大学法学学士（1987）、法学硕士（1990）、法学博士（1996）。1988-1989年在美国霍普金斯大学-南京大学中美文化研究中心学习；1994-1995年美国加州大学圣迭戈分校访问学者；1999年美国太平洋国际政策委员会-南加州大学联合客座研究员。  
现担任“中美安全对话”中方委员、“东亚协议会”中方委员。  
研究兴趣包括中美关系、中美经贸关系、贸易政治、国际政治经济学等。  
出版专著《最惠国待遇的回合——1989年至1997年美国对华贸易政策》（中央编译出版社1998年版）；  
译著《全球化世界的治理》（世界知识出版社2003年版）、《新全球经济与发展中国家》（世界知识出版社2005年版），并发表有关中国加入世界贸易组织、中美经贸关系、中美关系等中文、英文、日文论文数十篇。

## <<食物是最好的医生>>

### 书籍目录

第一章 感冒患者的食物调理一、感冒是什么二、人为什么会反复感冒三、感冒的预防1.食醋熏蒸法2.姜糖茶法3.蒸汽吸入法4.涌泉贴药法5.冷水洗面法6.双掌推腮法四、能帮助人们战胜感冒的食物五、感冒患者的食物调理1.石膏豆豉粥2.生姜粥3.防风粥4.薄荷粥5.葱白粥6.竹叶菜粥7.广东凉茶8.茶豆饮9.菊花粥10.茅姜稀饭11.白胡椒面汤12.成柠檬茶13.柠檬汁14.葱姜红糖汤15.黄豆香菜葱卜汤第二章 失眠患者的食物调理一、什么是失眠二、失眠的危害三、失眠的原因是什么四、失眠的预防五、失眠患者的食物调理1.酸枣仁粥2.枸杞莲心鸡汤3.柏子仁粥4.龙眼猪脑5.五味鸽蛋6.枣仁莲子粥7.桑椹大枣汤8.珍珠汤圆9.玫瑰蜜炙羊心.....第三章 高血压患者的食物调理第四章 糖尿病患者的食物调理第五章 贫血患者的食物调理第六章 便秘患者的食物调理第七章 痔疮患者的食物调理第八章 咽炎患者的食物调理第九章 鼻炎患者的食物调理第十章 跌打损伤患者的食物调理第十一章 关节炎患者的食物调理第十二章 骨质疏松患者的食物调理第十三章 月经病患者的食物调理第十四章 不孕不育患者的食物调理第十五章 肾虚患者的食物调理参考文献

<<食物是最好的医生>>

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>