

图书基本信息

书名：<<图解本草纲目黄帝内经对症蔬果速查全书>>

13位ISBN编号：9787530877579

10位ISBN编号：7530877577

出版时间：2013-2

出版时间：天津科学技术出版社

作者：中智博文,宋敬东,李冈荣

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>

内容概要

《图解本草纲目黄帝内经对症蔬果速查全书》以食疗功效为主题特别选取生活中最常见的近百种蔬菜水果，详细介绍每一种蔬果、水果的营养价值，根、茎、叶、花、果、子各部分的食疗功效；另外，针对生活中的常见病，每种蔬果都有多种食疗方供选择；在蔬果饮品板块介绍一种具有神奇功效的果酒或果汁；每章结束后为了读者巩固知识特别添加了小结页，总结本章蔬果的性味、功效、归经、挑选妙招。

《图解本草纲目黄帝内经对症蔬果速查全书》采用图文并茂的叙述方式，读者在阅读文字的同时，还可以享受诱人的蔬菜、蔬果的图片所带来的视觉冲击力。

信心对完《图解本草纲目黄帝内经对症蔬果速查全书》后你会受益匪浅。

书籍目录

第一章健胃消食 开胃下气 山楂 消食健胃 行气散瘀 木瓜 健脾益胃 和中祛湿 柚子和胃降逆 生津消食 芒果 益胃生津 止渴降逆 草莓 健胃消食 润肤美颜 菠萝 消肿利尿 益胃健胃 柠檬 开胃健脾 消食下气 第二章生津止渴 清热润燥 甘蔗 口渴和中 清热生津 杏 润燥定喘生津止渴 枇杷 清凉生津 润肺下气 梅 利咽生津 敛肺止咳 杨梅 生津止渴 和胃消食 百香果 开胃整肠生津润燥 猕猴桃 生津润燥解热除烦 白梨 生津润燥 清热化痰 番荔枝 清喉润肺清热解毒 第三章润肺益气 化痰止咳 柑 润肺生津 理气和中 火龙果 消暑止渴 清肺退火 胖大海 清肺利咽解毒清热 梨 润肺止咳消痰散结 马蹄 清热生津润肺化痰 杨桃 润肺化痰下气 和中 橄榄 清肺利咽生津解毒 椰子 解热消渴 利尿消肿 柿 清热润肺 化痰止咳 第四章疏肝理气 强肝解毒 李子 清肝去热 益肝坚肾 佛手柑 清喉润肺清热解毒 柳 橙疏肝理气清燥除热 荔枝理气止痛 补血养血 葡萄补肝益肾补气养血 葡萄柚 强肝解毒减肥润肤 第五健脾消积消食除胀 第六章养心安神清热解烦 第七章润肠通便止痢止泻 第八章补肾益气壮骨活血 蔬菜篇 附录

章节摘录

版权页：插图：制用法：鲜橄榄洗净去核，加入水及食盐适量，共煎服，每天1次。

久咳不愈 用料：鲜橄榄5个，糖霜适量。

制用法：鲜橄榄洗净去核，共炖30分钟后饮服。

胃痛不适 用料：橄榄根37.5克，桂花根37.5克，狗尾草37.5克，猪瘦肉75.0克。

制用法：半酒水炖服。

流行性脑脊髓膜炎 用料：橄榄7个，白萝卜300.0克。

制用法：2味洗净，加适量的水煎汤，当茶饮。

治则：清热解毒，凉肝止惊。

肺胃热毒 用料：鲜橄榄15.0克，鲜白萝卜225.0克。

制用法：白萝卜洗净切片或切块，共加水煎，分2次服。

风痲病 用料：橄榄487.5克，郁金22.5克，白矾22.5克。

制用法：将橄榄、郁金2味加水煎浓汁，再放入白矾，混匀再煎，每次服20毫升。

咽喉红肿痛 用料：鲜橄榄18.8克，鲜白萝卜300.0克。

制用法：鲜白萝卜洗净切块，共加水煮服。

疮疡肿毒 用料：鲜橄榄8个。

制用法：橄榄洗净去核取果肉用，共捣烂，外敷患处。

肠炎痢疾 用料：鲜橄榄5个，姜糖适量。

制用法：去核取果肉，姜糖加适量水煎汤送服。

编辑推荐

《图解本草纲目黄帝内经对症蔬果速查全书》打造中国最健康、最绿色、最权威的生活书第一品牌健康生活、绿色生活日益成为人们生活中不断追求的目标。

水果、蔬菜是自然所赋予人类的最健康的食品。

除了富含丰富的矿物质、维生素等，蔬菜水果中还有鲜为人知的治病防病功效。

《图解本草纲目黄帝内经对症蔬果速查全书》特别选取生活中最常见的近百种蔬菜水果，对其各部分功能、疗效、营养成分进行介绍。

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>