

图书基本信息

书名：<<百病食疗速查图典-家庭保健百科大全>>

13位ISBN编号：9787534143410

10位ISBN编号：7534143411

出版时间：2012-3

出版时间：浙江科技

作者：谢文英

页数：360

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

中医学历来强调“药食同源”，中医食疗是药物功效与日常饮食完美结合的养生法宝。本书《百病食疗速查图典》依据体质养生、饮食宜忌的原则，讲述数百种药食两用食物的日常搭配应用，特别是慢性病、常见病的饮食调养，是一本居家必备的中医养生参考书。

《百病食疗速查图典》由谢文英编著。

书籍目录

- 第一章 本草养生——吃出健康，远离疾病
- 第二章 内科疾病——养好脏腑才能百病不生
- 第三章 五官科疾病——精致护身从五官做起
- 第四章 外科疾病——大手法让你远离病痛的折磨
- 第五章 妇科疾病——健康的女人最美丽
- 第六章 男科疾病——男人要学会关爱自己
- 第七章 儿科疾病——让孩子畅游在健康的海洋
- 第八章 皮肤科疾病——以自然之道还你完美肌肤
- 第九章 美食养生——驱散健康的阴霾

编辑推荐

谢文英编著的这本《百病食疗速查图典》是家庭保健百科大全之一。本书分别介绍内科、五官科、外科、妇科、男科、儿科、皮肤科七大科疾病的上百个食疗方，其中包括家常菜、药膳、羹汤、果汁等，每个食疗方都详细介绍了制作方法和食疗功效。这些精选的食疗方还具有常见易得、操作简单、安全绿色三大特点。

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>