

<<对症药膳养生>>

图书基本信息

书名：<<对症药膳养生>>

13位ISBN编号：9787538874365

10位ISBN编号：7538874364

出版时间：2013-7

出版时间：《健康大讲堂》编委会 黑龙江科学技术出版社 (2013-07出版)

作者：《健康大讲堂》编委会

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>

<<对症药膳养生>>

内容概要

轻松对症做药膳，养生保健寿延年。

药材食材长相厮守，健康长寿就在一日三餐之中。

本书一本一本好看、好吃、好做的药膳全书，著名中医专家为您细心指导食材药材科学营养配对，助您身体康健、益寿延年。

《对症药膳养生》(作者健康大讲堂编委会)从疾病入手，精选140种常见大小病，详细介绍每种病症的症状表现与治疗原则，并精心挑选420道对症药膳，读者只需花少许时间便能了解自身的相应症状，找到精心挑选的对症药膳，在提高厨艺、品尝美味的同时，更能养生保健，《对症药膳养生》克服自身体质缺陷，远离病痛，轻轻松松获得健康。

<<对症药膳养生>>

作者简介

聚集大陆与台湾在养生保健领域最有影响力的专家、教授，其中包括保健营养大师、著名儿科专家、知名妇产科医师、知名烹饪大师、知名中医师等，强强联手，致力于打造国内最具阅读价值与影响力的养生保健类书籍，传播最健康的饮食理念、养生理论、保健方式，为全民健康生活贡献力量。

已出版发行《百姓养生家常菜1688》《养生相宜与相克速查全书》《妊娠分娩育儿大全书》《糖尿病食疗王》《高血压食疗王》《汉方蔬果养生圣经》《(本草纲目)圣经》等书，累计发行量已突破百万册。

<<对症药膳养生>>

书籍目录

- 第一章妇科疾病 妇科疾病 月经不调 活血乌鸡汤 008 当归调经茶 008 益母草红糖调经茶 008 痛经 桃红鸡汤 011 川芎乌龙活血止痛茶 011 二花调经茶 011 闭经 活血通经土鸡汤 012 红花通经止痛茶 012 桑葚红花活经茶 012 外阴瘙痒 苦参瘦肉汤 013 黄柏排骨汤 013 补中止痒汤 013 阴道炎 黄柏油菜排骨汤 014 大芥菜红薯汤 014 苦参黄柏饮 014 盆腔炎 莲子茅根炖乌鸡 015 白果黄豆鲫鱼汤 015 青皮红花茶 015 不孕艾叶煮鹌鹑 016 顺气猪肝汤 016 枸杞核桃粥 016 先兆流产 补肾乌鸡汤 017 党参老母鸡汤 017 枸杞乳鸽汤 017 习惯性流产 杜仲艾叶瘦肉汤 018 阿胶鸡蛋汤 018 菟丝子粳米粥 018 妊娠反应 香菜鱼片汤 019 生姜牛奶 019 生姜橘皮茶 019 妊娠肿胀 莲枣炖排骨 020 赤小豆炖鲫鱼 020 南瓜粥 020 胎动不安 阿胶猪皮汤 021 肉末蒸蛋 021 葡萄红枣汤 021 缺乳 红枣莲藕猪蹄汤 022 通草丝瓜对虾汤 022 生菜子糯米粥 022 产后腹痛 当归生姜羊肉汤 023 山楂红糖饮 023 山楂桂皮茶 023 产后恶露不绝 天麻炖鸡 024 地骨皮鲜菇鸡汤 024 山楂香附茶 024 绝经期综合征 山药黄精炖鸡 025 栗子子羊肉汤 025 莲心苦丁更年清心茶 025 乳腺炎 银花茅根猪蹄汤 026 紫花地丁牛蛙汤 026 大黄公英护乳消炎茶 026 乳腺癌 青皮炒兔肉 027 穿山甲炖猪尾 027 天冬橘叶饮 027 功能性子宫出血 白茅根墨鱼鸡肉汤 028 人参莲枣炖乌鸡 028 艾蒿蜂蜜茶 028 子宫脱垂 金樱子猪肠汤 029 黄芪桂圆山药鸡肉汤 029 党参小米粥 029 子宫癌 三棱芦笋煲鱼头 030 山药肉片蛤蜊汤 030 二草红豆汤 030 第二章男科疾病 阳痿病 红枣鹿茸羊肉汤 032 当归牛尾虫草汤 032 五子衍宗茶 032 早泄 牛鞭汤 033 北芪杞子炖乳鸽 033 火爆腰花 033 遗精 三味鸡蛋汤 034 莲子百合煲瘦肉 034 莲子冰糖益精茶 034 男性不育症 龟肉鱼鳔汤 035 女贞子鸭汤 035 杜仲五味子茶 035 不射精症 橘皮饮 036 老龟汤 036 仙茅药酒 036 前列腺炎 茯苓西瓜汤 037 马齿苋芥菜汁 037 莲花甘草清腺茶 037 男性更年期综合征 鹿茸山药乌鸡汤 038 胡萝卜芡实猪蹄汤 038 鲍汁扣辽参 038 第三章儿科疾病 小儿感冒 萝卜炖排骨 040 百合莲藕炖梨 040 柿饼汁 040 小儿流涎 益智仁鸭汤 041 桂圆益智仁糯米粥 041 竹叶清火茶 041 小儿厌食症 党参生鱼汤 042 苦瓜炒牛肉 042 山药苹果丁 042 小儿腹泻 苹果红糖饮 043 山药糯米粥 043 莲子冰糖止泻茶 043 小儿偏食 姜橘鲫鱼汤 044 银耳红枣瘦肉汤 044 小米粥 044 小儿营养不良 红枣带鱼粥 045 牛奶山药麦片粥 045 竹鱼醋饭 045 小儿便秘 黑芝麻核桃粥 046 香蕉甜汤 046 芹菜炒石花菜 046 小儿遗尿 四味猪肚汤 047 白果煲猪小肚 047 乌药缩尿茶 047 小儿惊风 天麻炖鹌鹑 048 石决明小米瘦肉粥 048 竹叶灯芯定惊茶 048 小儿虫症 红煨鳗鱼 049 炒使君子 049 南瓜子甜粥 049 小儿夏热 豆腐冬瓜汤 050 太子参莲子羹 050 金银花栀子清热茶 050 小儿多动症 香菜猪肝汤 051 黄芪小麦粥 051 莲子百合汤 051 小儿肺炎 北沙参玉竹肉汤 052 党参百合粥 052 鸡蛋银耳浆 052 小儿百日咳 川贝蒸鸡蛋 053 杏仁奶泡 053 大蒜冰糖止咳茶 053 小儿自汗盗汗 西洋参冬瓜野鸭汤 054 黄芪牛肉粥 054 浮小麦黑豆茶 054 第四章呼吸科疾病 感冒 白芷鲤鱼汤 056 葛根猪肉汤 056 紫苏甜姜祛风寒茶 056 咳嗽 五味子炖肉 057 核桃淮山蛤蚧汤 057 参味苏梗止咳茶 057 急性支气管炎 无花果糖水 058 川贝梨子饮 058 杏仁润喉止咳绿茶 058 支气管扩张 桑白润肺汤 059 枇杷叶粥 059 柿叶清肺茶 059 慢性支气管炎 柚子炖鸡 060 果仁鸡蛋羹 060 灵芝沙参缓咳茶 060 哮喘 款冬花猪肺汤 061 果仁粥 061 紫罗兰气管通畅茶 061 肺炎 虫草鸭汤 062 复方鱼腥草粥 062 无花果猪肉汤 062 肺结核 沙参煲猪肺 063 甜豆炒墨鱼 063 青橄榄炖水鸭 063 肺气肿 蒲公英金银花饮 064 枇杷桑白茶 064 核桃杏仁白果泥 064 肺脓肿 菊花桔梗雪梨汤 065 桑白杏仁茶 065 枇杷汁 065 肺癌 茶树菇蒸斑鸠 066 补肺阿胶粥 066 冬虫夏草养肺茶 066 第五章消化科疾病 厌食症 开胃罗宋汤 068 西红柿焖冬瓜 068 厚朴蔬果汁 068 急性胃炎 山药鸡汤 069 罗汉果瘦肉汤 069 柚子茶 069 慢性胃炎 党参鳝鱼汤 070 生姜米醋炖木瓜 070 焦米

<<对症药膳养生>>

- 党参护胃茶 070 胃及十二指肠溃疡 白芍椰子鸡汤 071 佛手元胡猪肝汤 071 郁金甘草养
 胃解郁茶 071 胃下垂 参芪炖牛肉 072 白术猪肚粥 072 苍术厚朴平胃茶 072 胃酸过多
 症 草果羊肉汤 073 陈皮粥 073 甘草茶 073 胃癌 红椒黄豆 074 养血止痛粥 074
 麦芽乌梅饮 074 便血 白及猪蹄汤 075 猪肉槐花汤 075 小蓟生地黄饮 075 急性肠炎
 黄连白头翁粥 076 蒜蓉马齿苋 076 黄连甘草饮 076 慢性肠炎 蒜肚汤 077 山药芡
 实猪肉粥 077 柠檬食盐抗炎茶 077 痢疾 黄花菜马齿苋汤 078 大蒜金银花茶 078 黑椒
 猪大肠 078 痔疮 地黄乌鸡汤 079 鱼肚甜汤 079 韭菜薹焖泥鳅 079 便秘 核桃仁猪
 肝汤 080 五仁粥 080 白芍甘草排毒茶 080 直肠癌 白菜海带豆腐汤 081 萝卜淮山粥
 081 紫菜烩猴头菇 081 甲肝 女贞子蒸带鱼 082 灵芝瘦肉汤 082 丹参茵陈茶 082
 乙肝 垂盆草粥 083 五味子降酶茶 083 夏枯草丝瓜保肝茶 083 黄疸 茵陈炒花甲 084
 茵陈姜糖茶 084 茵陈车前护肝利胆茶 084 脂肪肝 冬瓜豆腐汤 085 柴胡白菜汤 085
 柴胡丹参消脂茶 085 肝硬化 枸杞子炖甲鱼 086 田七郁金炖乌鸡 086 白菊花利尿龙井茶
 086 肝癌 合欢佛手猪肝汤 087 清炖牛肉 087 素炒杂菌 087 胆结石 洋葱炖乳鸽
 088 马蹄海蜇汤 088 贝类汤 088 第六章内分泌科疾病 糖尿病 淮山药
 鸡汤 090 黄芪山药鱼汤 090 天花粉冬瓜茶 090 甲状腺肿大 海带炖排骨 091 紫菜蛋花
 汤 091 蛤蜊炖蛋 091 甲状腺功能亢进 香菇甲鱼汤 092 玫瑰夏枯草茶 092 银耳太子参
 宁神茶 092 痛风 西芹山药木瓜 093 薏米防风止痛茶 093 西瓜芦荟汁 093 系统性红斑
 狼疮 鲨鱼唇炖猴头菇 094 绿豆槐花镶藕节 094 鱼腥草茶 094 第七章泌尿科疾病
 急性肾炎 薏米瓜皮鲫鱼汤 096 丹参泽泻茶 096 竹叶茅根茶 096 慢性肾炎
 玉米须猪肚汤 097 地黄山药茶 097 莲子益肾茶 097 肾结石 金钱草煲牛蛙 098 车前
 子鱈鱼头汤 098 三金茶 098 肾结核 芥菜四鲜宝 099 莪术粥 099 丹参黄芪养肾茶 099
 肾病综合征 六味地黄鸡汤 100 山药蒸鲫鱼 100 赤小豆薏苡炖鹌鹑 100 尿路感染
 石韦蒸鸭 101 车前子田螺汤 101 茯苓枸杞茶 101 膀胱癌 鸡肉炖篇蓄 102 通草车前
 子茶 102 半枝莲白花蛇舌草茶 102 第八章骨科疾病 骨折 桑寄生续断鸡脚
 汤 104 赤小豆竹笋汤 104 化痰止痛酒 104 骨质疏松 锁阳炒虾仁 105 巴戟天黑豆鸡汤
 105 二子延年健骨茶 105 骨质增生 人参鸡汤 106 天麻红花猪脑汤 106 骨碎补活肌茶
 106 肩周炎 桑枝鸡汤 107 川乌生姜粥 107 杜仲肉桂舒肩茶 107 风湿性关节炎 牛
 筋汤 108 薏米黄芩酒 108 桑瓜大枣祛湿茶 108 第九章五官科疾病 口腔溃
 疡 丝瓜金银花饮 110 赤小豆薏米汤 110 苦瓜菠萝汤 110 鼻炎 葱白红枣鸡肉粥 111
 丝瓜络煲猪瘦肉 111 牛蒡红薯面 111 咽喉炎 香菇肉片汤 112 甘草清咽汤 112 橄榄
 润咽绿茶 112 声嘶 石斛核桃猪骨汤 113 乌梅竹叶绿茶 113 胖大海果茶 113 口臭
 藿香鲫鱼 114 黄连甘草汁 114 绿豆海带糖水 114 鼻咽癌 玉参焖鸭 115 玄参萝卜清咽
 露 115 蒲公英金银花茶 115 腮腺炎 黄连冬瓜鱼片汤 116 绿豆黄豆饮 116 板蓝根排毒
 茶 116 中耳炎 黄花菜黄瓜片汤 117 炆炒蕨菜 117 黄柏苍耳消炎茶 117 耳聋耳鸣
 二参清鸡汤 118 河车鹿角胶粥 118 鱼头豆腐汤 118 结膜炎 赤芍银耳饮 119 枸杞菊花
 茶 119 双花饮 119 白内障 党参枸杞猪肝粥 120 桑杏菊花甜汤 120 决明子山楂茶 120
 夜盲症 鳗鱼冬瓜汤 121 菠菜羊肝汤 121 三色蔬菜萝卜卷 121 青光眼 钩藤白术
 饮 122 桑麻糖水 122 菊花首乌酒 122 第十章皮肤科疾病 痤疮 清热苦
 瓜汤 124 葛根粉粥 124 山竹奶露 124 痱子 苦瓜黄豆煲排骨 125 百合绿豆凉薯汤 125
 丝瓜茶 125 荨麻疹 金银花黄绿豆汤 126 赤芍菊花茶 126 黄芩解毒茶 126 湿疹
 紫苏田螺肉 127 苍术蔬菜汤 127 苍耳子防风饮 127 带状疱疹 大蒜白及煮鲤鱼 128
 金银花绿豆粥 128 粉葛煲花豆 128 黄褐斑 四物乌鸡汤 129 归元酒 129 菊花珍珠饮
 129 冻疮 花椒羊肉汤 130 当归山楂汤 130 川芎肉桂酒 130 扁平疣 苍耳薏米粥
 131 地肤子饮 131 丝瓜豆腐汤 131 牛皮癣 牛蒡连翘饮 132 山楂绿茶饮 132 三味
 地黄酒 132 白癜风 三味炖乌鸡 133 赤芍桃仁饮 133 白芷果醋茶 133 脱发症 首乌
 黄精肝片汤 134 首乌芝麻茶 134 生姜汁生发水 134 第十一章神经及精神科疾病
 抑郁症 当归郁金猪蹄汤 136 鸡肉人参沙拉 136 香附丹参茶 136 失眠 苦瓜芥

<<对症药膳养生>>

菜肉汤 137 龙眼百合蜜汤 137 灵芝银耳茶 137 健忘 黄芪灵芝炖肉 138 灵芝鹌鹑蛋汤
 138 红枣茶 138 头痛 薏米半夏汤 139 天麻川芎枣仁茶 139 白玉兰花茶 139 眩晕
 症 枸杞牛肝汤 140 首乌红枣粥 140 糖醋枸杞黄花鱼 140 神经衰弱 乌龟百合红枣汤
 141 胡萝卜鱿鱼煲 141 开边蚕蛹 141 老年痴呆 桂圆百合炖鹌鹑 142 蜂蛹蒸蛋 142
 豆类沙拉 142 帕金森病 天麻地龙炖牛肉 143 天麻川芎鱼头汤 143 人参天麻酒 143
 坐骨神经痛 龟板杜仲猪尾汤 144 独活羊肉汤 144 当归五加皮酒 144 三叉神经痛 羌
 活鸡肉汤 145 白芍猪尾汤 145 薏仁防风止痛茶 145 面瘫 川芎白芷鱼头汤 146 当归独
 活防风酒 146 黑豆酒 146 第十二章心脑血管科疾病 冠心病 玉竹炖猪心
 148 白芍猪肝汤 148 杜仲护心绿茶 148 心律失常 当归黄芪乌鸡汤 149 田七二仁乳鸽
 汤 149 桂圆山药红枣汤 149 心肌炎 生地黄炖猪心 150 黄柏知母酒 150 防风苦参饮
 150 心绞痛 枸杞香菜猪心汤 151 灵芝丹参粥 151 种玉酒 151 高血压 山楂降压汤
 152 海带豆腐汤 152 菊槐降压绿茶 152 低血压 山药当归鸡汤 153 鲫鱼糯米粥 153
 甘枣顺心茶 153 高脂血症 首乌黑豆乌鸡汤 154 菊花山楂茶 154 乌梅山楂去脂茶 154
 脑血管硬化 田七煮鸡蛋 155 桃仁苦丁茶 155 小鲍鱼汤 155 动脉硬化 冬瓜薏米兔
 肉汤 156 菊参炒肉片 156 豆粉牛奶 156 中风后遗症 灵芝黄芪猪脚汤 157 生地黄玄参
 汤 157 芹菜翠衣炒鳝片 157 贫血 黄芪鸡汁粥 158 猪肝汤 158 爽口粳米饭 158 出
 血 荠菜粥 159 三七粉粥 159 丹参槐花酒 159 白血病 鹿茸炖乌鸡 160 莲枣猪肝粥
 160 大枣糯米粥 160

<<对症药膳养生>>

章节摘录

插图：

<<对症药膳养生>>

编辑推荐

著名中医专家针对140种常见病的甄选420道对症药膳，食疗秘方治百病。

中医辨证配膳，家庭实用良方。

以药入食，140种常见病对症调补。

《对症药膳养生》(作者健康大讲堂编委会)从疾病入手，精选140种常见大小病，详细介绍每种病症的症状表现与治疗原则，并精心挑选420道对症药膳，读者只需花少许时间便能了解自身的相应症状，找到精心挑选的对症药膳，在提高厨艺、品尝美味的同时，更能养生保健，克服自身体质缺陷，远离病痛，轻轻松松获得健康。

<<对症药膳养生>>

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>