

<<百病食疗>>

图书基本信息

书名：<<百病食疗>>

13位ISBN编号：9787546204338

10位ISBN编号：754620433X

出版时间：2012-06-01

出版时间：余自强 广州出版社 (2012-06出版)

作者：余自强 著

页数：348

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>

<<百病食疗>>

内容概要

《百病食疗：余药师之100病症对症广东汤谱》汇集了煲汤窍门和针对某些疾病辅助治疗的养生汤水。

余自强告诉记者，为了能准确回答读者五花八门的回答，他经常和一些老中医、专家教授商量，请他们提供临床上已经被证明有效的保健汤。

“每一个回答都不能糊弄读者。

”

<<百病食疗>>

作者简介

余自强，广东省中医院药师，广东中医药学会药膳分会会员，广东科普作家协会会员。多年来致力于中医科普工作。

其著作《今日靓汤》在广州日报以专栏的形式刊载，并在广州出版社结集出版至第六辑，以把广东地方特色的汤饮与中医药膳结合起来，突出了中医四时的观点和因材施教、适时而烹的广东汤特色。

《今日靓汤》系列图书一经出版就深受广大群众的欢迎，到目前为止，已连续出版6辑，先后获2007年、2008年和2010年全行业优秀畅销品种奖、第二届广东省优秀出版奖，第21届全国城市出版社2007年优秀图书二等奖、第24届全国城市出版社优秀图书奖。

余自强药师先后在广东电视台、南方电视台的《师奶靓汤》和《特搜靓汤》中担任嘉宾主持人。

其先后出版的其他作品还有《中药新妙用》、《今日凉茶》、《细说饮食宜忌》等近十部科普书籍。2007年，余自强被《老人报》评为“十大爱心之星”、2008年被中华中医药学会授予“全国优秀中医健康信使”称号。

<<百病食疗>>

书籍目录

第一篇 常见内科、外科病症推荐药膳 对症感冒 白萝卜芦根汤 姜葱豆豉豆腐汤 苦地胆猪瘦肉汤 马齿苋蒜头皮蛋汤 鲜薄荷叶黄豆猪瘦肉汤 香菜鱼片汤 黑木耳枸杞子乌骨鸡汤 西洋参麦冬鲜鸡汤 对症咳嗽 川贝南北杏海底椰炖鳄鱼肉 北杏百合鹅肉汤 玉竹南杏炖鹧鸪 紫苏叶北杏鸡蛋汤 川贝芡实鹧鸪汤 炙百部红枣白鸽汤 南北杏海底椰生鱼汤 北杏参地老鸭汤 鲜橙炖猪瘦肉 咸竹蜂桂圆肉炖猪瘦肉 对症鼻炎 苍耳黄芪猪腱肉汤 辛夷花细辛白芷鱼头汤 辛夷花鸡蛋汤 辛夷花炖猪肺 对症咽喉炎 咸橄榄芦根汤 南杏猫爪草猪瘦肉汤 橄榄蜜枣猪瘦肉汤 胖大海猫爪草炖鹧鸪 生地黄水蟹汤 鲜桔梗鲜鸡汤 对症慢性支气管炎 柿饼百合鲫鱼汤 薏米北杏鸡蛋汤 栗子南杏鲜鸡汤 雪梨麻黄猪瘦肉汤 鸭梨北杏鹅肉汤 海底椰玉竹响螺汤 对症支气管哮喘 白芨炖燕窝 冬虫夏草炖羊胎盘 百部人参炖羊胎盘 柚子皮牛胎盘汤 对症肺结核 五味子鸡蛋汤 柴胡炖甲鱼 川贝雪梨猪肺汤 雪梨南北杏木瓜猪肺汤 对症百日咳 风栗壳糖冬瓜汤 川贝冰糖炖米汤 红萝卜红枣汤 慈姑冰糖米汤羹 对症高血压 决明子海带汤 海带夏枯草炖鸽肉汤 三稔干鲫鱼汤 夏枯草菊花猪腱肉汤 对症高脂血症 三菇玉米笋汤 鲜平菇荸荠(马蹄)汤 山楂鲤鱼汤 荷叶消脂素汤 对症牙龈炎 无患子根猪骨汤 胖大海冰糖茶 牛膝生熟地黑豆汤 烧肉蚝豉汤 对症动脉硬化、冠心病 生蝎子三七丹参乌骨鸡汤 黄精赤小豆炖鸽肉 夏枯草黑豆汤 三七薤白鸡肉汤 丹参三七猪排骨汤 三七川芎乌骨鸡汤 红花沙参玉竹猪心猪肺汤 陈皮炖猪心 对症病毒性肝炎 鸡骨草田螺汤 蛇舌草白芍猪瘦肉汤 枸杞子山茱萸黄芪猪肝汤 生地黄天冬猪肝汤 绵茵陈蚬肉汤 鸡骨草猪横膈汤 女贞子红枣花生汤 板蓝根猪腱肉汤 对症肝硬化 淮山炖甲鱼 骨碎补猪肾汤 丹参田鸡汤 扁豆赤小豆鲜藕汤 对症慢性胃炎 佛手延胡索猪肚汤 石斛麦冬羊胎盘汤 石斛花胶炖猪瘦肉 猴头菇苹果海底椰南枣汤 白豆蔻春砂仁鲫鱼汤 白术春砂仁陈皮猪肚汤 羊肚菌干贝炖花胶 春砂仁黄芪猪肚汤 槐花糯米酿猪肠头汤 白胡椒猪肚汤 对症肥胖 金银花紫菜鸡蛋汤 芹菜鲫鱼汤 金银花白萝卜汤 芦笋鲜莲子猪瘦肉汤 山楂炖凤翅 薏米炖田螺 牛膝黄瓜汤 车前草冬瓜汤 山楂草决明猪瘦肉汤 白皮白心番薯大芥菜汤 赤小豆薏米汤 芹菜冬瓜青椒汤 对症糖尿病 淮山淡菜猪横膈汤 玉米须芡实炖猪横膈 茶梗生地黄粳米汤 生地黄麦冬炖猪肚 毛冬青枸杞子猪瘦肉汤 太子参罗汉果猪瘦肉汤 对症甲状腺肿大 风栗壳淡菜猪瘦肉汤 海藻昆布生蚝汤 川贝海带汤 土茯苓薏米蝎子汤 对症甲状腺腺瘤 香菇蛤蜊汤 海蜇荸荠(马蹄)汤 第二篇 常见妇科、男科病症推荐药膳 第三篇 常见癌症的推荐药膳 第四篇 其他常见病症推荐药膳

<<百病食疗>>

章节摘录

版权页： 插图： 百部人参炖羊胎盘 功效 中医认为羊肉既可作为食补又可作为食疗，是强壮祛疾的食品，能益气补虚、温中暖下、生肌健力、抵御风寒。

羊的胎盘更是有益之品，现代营养学认为它富含羊胚胎所必需的所有原始生命物质，有丰富的蛋白质、多种氨基酸等。

这是源于清太医治光绪喘咳的食疗方，能温肾益精、平喘止咳化痰，适用于支气管哮喘日久、肺脾肾气不足者。

材料 羊胎盘1个，雄鸭半只，生姜3片，百部20克，人参、川贝、桔梗各15克。

做法 各药物洗净，包裹好；羊胎盘洗净，用生粉、生油分别揉洗1次，置有当归、川芎的沸水中滚沸片刻，洗净；雄鸭宰洗净。

一起与生姜、冷开水1250毫升（约5碗水量）下炖盅，加盖隔水炖3小时，进饮时方下盐。

此量可供3~4人用。

<<百病食疗>>

编辑推荐

《百病食疗:余药师之100病症对症广东汤谱》是由广州出版社出版。

<<百病食疗>>

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>