

<<食疗健身妙方>>

图书基本信息

书名：<<食疗健身妙方>>

13位ISBN编号：9787553201405

10位ISBN编号：7553201405

出版时间：2013-10-29

出版时间：贵州科技出版社

作者：张思云，杨同军

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>

## <<食疗健身妙方>>

### 内容概要

随着现代社会物质生活水平的提高和健康意识的加强，长期生活在快节奏、高效率、强压力下的人们越来越重视自身的保健。

须知，药补不如食补，处方不如妙方。

补益，最好的方法还是食疗。

本书充分满足了大家的要求，列举了众多取材方便、制作简易、易于服用、安全有效的食疗妙方，读者可根据自身的健康状况对症选方，在享受美食的同时，收获健康。

## <<食疗健身妙方>>

### 作者简介

张思云，中文系研究生毕业，自由撰稿人。

主要著作有《从头到脚按摩一点通》、《不生病的季节养生方案》、《图解常见病经穴按摩疗法》等。

杨同军，内科主治医师，曾经兼修中医食疗诊治消化。

参编过医学专著两部，获有研究专利两项。

<<食疗健身妙方>>

书籍目录

- 一、感冒
- 二、失眠
- 三、头痛
- 四、腹泻
- 五、便秘
- 六、脱肛
- 七、痛经
- 八、闭经
- 九、痔疮
- 十、痤疮
- 十一、痢疾
- 十二、冻疮
- 十三、湿疹
- 十四、痛风
- 十五、水痘
- 十六、阳痿
- 十七、遗精
- 十八、肥胖症
- 十九、冠心病
- 二十、颈椎病
- 二十一、带下病
- 二十二、百日咳
- 二十三、糖尿病
- 二十四、胃下垂
- 二十五、高血压
- 二十六、低血压
- 二十七、肺结核
- 二十八、牛皮癣
- 二十九、不孕症
- 三十、佝偻病
- 三十一、慢性胃炎
- 三十二、产后缺乳
- 三十三、梅尼埃病
- 三十四、口腔溃疡
- 三十五、高脂血症
- 三十六、神经衰弱
- 三十七、视力减退
- 三十八、慢性鼻炎
- 三十九、慢性肾炎
- 四十、妊娠水肿
- 四十一、带状疱疹
- 四十二、慢性咽炎
- 四十三、小儿遗尿
- 四十四、支气管哮喘
- 四十五、耳鸣、耳聋

<<食疗健身妙方>>

- 四十六、消化性溃疡
  - 四十七、动脉硬化症
  - 四十八、干燥综合征
  - 四十九、骨质疏松症
  - 五十、皮肤瘙痒症
  - 五十一、神经性皮炎
  - 五十二、小儿厌食症
  - 五十三、老年性痴呆症
  - 五十四、前列腺增生
  - 五十五、中风后遗症
  - 五十六、缺铁性贫血
  - 五十七、慢性支气管炎
  - 五十八、流行性腮腺炎
  - 五十九、白细胞减少症
  - 六十、颈部淋巴结核
  - 六十一、更年期综合征
  - 六十二、功能性子宫出血
  - 六十三、再生障碍性贫血
  - 六十四、类风湿性关节炎
  - 六十五、慢性肝炎、肝硬化
  - 六十六、血小板减少性紫癜
  - 六十七、甲状腺功能亢进症
  - 六十八、慢性胆囊炎（胆石症）
- 附录

<<食疗健身妙方>>

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>