

<<中华药膳大宝典>>

图书基本信息

书名：<<中华药膳大宝典>>

13位ISBN编号：9787562310068

10位ISBN编号：7562310068

出版时间：2000-6

出版时间：华南理工大学出版社

作者：吴家镜

页数：726

字数：626000

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>

## <<中华药膳大宝典>>

### 内容概要

药膳是中国传统宝贵文化遗产之一，也是中医养生学的重要内容。

药膳发源于古代，中国历代研究、整理药膳的著作极多。

本书在中医基本理论的指导下，全面阐述辩证施膳，以期达到预防、治疗和保健的目的。

这也是本书的特色。

本书作者长期从事中国传统药膳和食疗的理论研究及临床实践，在应用药膳原则的指导下，作者广泛搜集民间和宫廷的药膳验方、效方及治验实例，编著了《中华药膳大宝典》一书奉献给读者，以供人们养生医疗保健之需要。

本书内容充实，条目清楚，文字简练，颇有新意，是一本集医疗、保健、美食于一体的工具书。

<<中华药膳大宝典>>

书籍目录

第一篇 药膳概论 中国药膳源流 药膳基本知识 药膳应用原则 讨饮食药食同源 中药治疗法 健康的四大秘诀 表里论位·热寒论 性·空虚论势 你的体质属于哪一类 食物性质有哪几类 吃三餐不只是裹腹 吃入食物表现“四气” 五味入五脏 有什么体质就吃什么 食物 药膳常用食物 药膳常用药物 补气类 补血类 补阳类 杂类第二篇 常见食物的药膳疗法 葱 大蒜 香菜 芹菜 韭菜 黄鹌菜 睡菜 苕菜 空心菜 刺苋菜 碎米荠 蕹儿菜 葵菜 稻槎菜 焯菜 包菜 清明菜 苦菜 莼菜 油菜 胭脂菜 刺儿菜、大蓟 睡莲 蕺荷 竹叶菜 鹅肠菜 罗布麻 委陵菜 墨菜 蒟酱 密花豆 南酸枣 盩云参 猪殃殃 红豆蔻 沙枣 托盘 溪黄草 枫荷梨 千屈菜 水苦苣 白茅根 番杏 岩头菜 郎耶菜 费菜 野白菜 红花菜 蕺菜.....第三篇 保健增寿药膳第四篇 常见病药膳秘方

<<中华药膳大宝典>>

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>