

<<亚健康药膳>>

图书基本信息

书名：<<亚健康药膳>>

13位ISBN编号：9787801577740

10位ISBN编号：7801577744

出版时间：2004-1

出版时间：人民军医出版社

作者：刘正才 编

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>

## <<亚健康药膳>>

### 内容概要

本书由中国药膳学会邀请知名专家，根据国内外食疗药膳研究成果、民间经验和自身体会编撰而成。遵循辨证施膳、辨病施膳、辨征施膳的原则，精选治疗价值与营养价值具佳的食疗药膳处方116首，每方均详细介绍了配方、做法和功效，附有临证实例。

本书深入浅出、通俗易懂、实用性强。

适于营养师、饮食技术人员和广大群众阅读参考。

<<亚健康药膳>>

书籍目录

第一章 概述——亚健康与药膳治疗第二章 亚健康的辨证施膳 第一节 肺脾气虚证药膳 第二节 气阴两虚证药膳 第三节 心脾两虚证药膳 第四节 心肾阳虚证药膳 第五节 肝肾虚证药膳 第六节 脾虚痰湿证药膳 第七节 阴虚湿热证药膳 第八节 气虚瘀血证药膳 第九节 肝郁气滞证药膳 第十节 心肾不交证药膳第三章 亚健康的辨病施膳 第一节 虚劳药膳 第二节 郁证药膳 第三节 失眠药膳 第四节 健忘药膳 第五节 心悸药膳 第六节 胸痹药膳 第七节 眩晕药膳 第八节 耳鸣药膳 第九节 头痛药膳 第十节 阳痿药膳 第十一节 便秘药膳 第十二节 脏躁药膳第四章 亚健康的辨征施膳 第一节 高脂血症药膳 第二节 脂肪肝药膳 第三节 转氨酶升高药膳 第四节 临界高血压药膳 第五节 代谢综合征药膳 第六节 经前综合征药膳 第七节 乳腺增生药膳 第八节 前列腺增生药膳

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>