

<<家用中药祛病养生一本通>>

图书基本信息

书名：<<家用中药祛病养生一本通>>

13位ISBN编号：9787807416579

10位ISBN编号：7807416572

出版时间：2009-11

出版时间：文汇出版社

作者：黄斌 主编，汉竹 编著

页数：225

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>

<<家用中药祛病养生一本通>>

内容概要

本书悉心选取104味适合家用的常见中药，针对不同疾病详细介绍了1000余种千古验方和经典药膳。

本书内容丰富，通俗易懂，融科学性与实用性于一体，从治病和补益两个方面谈中药，并将中药的健康保健运用到日常生活中来。

作为广大读者自我保健、养生延年的参考读物是非常理想的选择。

<<家用中药祛病养生一本通>>

作者简介

黄斌，北京中医药大学基础医学院方药系副教授，拥有20多年的临床，科研与教学实践经验，20世纪80年代初即入中国中医研究院，主要从事本草文献、本草考证研究。

多年来，黄斌教授博览祖国医药学著作，在饮食养生领域进行了许多有益的探索。基于“药食同源”的理论，

<<家用中药祛病养生一本通>>

书籍目录

常见病选用中药速查【补血】 阿胶补虚润肺、补血止血 当归补血活血、祛瘀调经 白芍养血调经、敛阴止汗 何首乌养血、益肝、补肾 桂圆肉开胃益脾、补虚增智 熟地黄滋阴、补血【补气】【补阴】【补阳】【活血化淤】【化痰止咳】【疏肝理气】【养心安神】【清热解毒】【健胃消食】【解表化湿】【收敛固精】

<<家用中药祛病养生一本通>>

媒体关注与评论

读这本书，可以消解读者对家庭常用中药的神秘感，人人可以放心尝试，家家都能体验传统中医药理论在家庭祛病、养生方面的切实作用。

——中国中医科学院重要研究所教授 《家庭中医药》杂志主编 张瑞贤

<<家用中药祛病养生一本通>>

编辑推荐

《家用中药祛病养生一本通》12大功能；104味家庭常用中药；15种常见病选用中药速查；养生剂量和用药禁忌的安全提示；500余个祛病滋补验方；400道养生药膳；百味良药，千方妙用；家庭必备的祛病养生药典。

<<家用中药祛病养生一本通>>

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>