

《药用膳食精萃》

书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2002年08月01日

开本：

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787806196687

编辑推荐

本书收用食品和药物共100味，根据中医药学的理论，结合临床经验，共配方590首。书中将食品及药物的传奇命名、历史典故、神奇治病传说、现代科学研究成果与膳食配方融为一体，突出了趣味性、知识性、通俗性、实用性的特点。

内容简介

本书以中医理论为指导，精选集录了大量疗效甚佳的中药膳食配方。其中所介绍的药膳，是由中药与相应的食品巧妙搭配调制而成，既具有营养价值，又具有药用性能。由于药食相融，功力相助，故其效力倍增，服用后往往会收到意想不到的效果。其书内容，选用了100味中药及食物的神奇治病传说、古典趣谈故事及古代诗人赞颂中药的有关诗词等，并介绍了药食的性味、功用、现代研究，及一品多方的膳食调配。共收膳食方590个，详细地介绍了配料组成、制作、服用、功效及出处等内容。深入浅出，集科学性、知识性、趣味性、通俗性为一体。全书充分体现了当代中医膳食的特点，方效法灵，简便易行，贴切生活，既可供一般读者在欣赏典故之际，寻觅防治疾病、养生保健、增智益寿、抗衰驻颜之良方，又可供专业营养师茶余饭后，随手翻阅，在兴味盎然中学习，巩固和提高膳食知识。

目录

根茎皮叶类

何首乌
黄精
山药
骨碎补
刺五加
黄芪
白术
地黄
玄参
麦门冬
玉竹
天麻
当归
白芷
白头翁

葱
威灵仙
黄连
牛膝
茜草
贝母
远志
苦楝皮
薤白
三七
萝卜
川芎
姜
锁阳
淫羊藿
杜仲
夏枯草
车前子
鱼腥草
蒲公英
马齿苋
益母草
麻黄
仙鹤草
枇杷叶
蒲荷
果实籽仁类
枸杞子
桑椹子
女贞子
芡实
益智仁
补骨脂
菟丝子
龙眼肉
胡桃仁
薏苡仁
大枣
冬瓜
酸枣仁
五味子
糯米

柏子仁
枳椇子
使君子
沙苑蒺藜

.....

花卉类
菌类
动物类
其他类

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www.tushupdf.com](http://www.tushupdf.com)