

《天然食材养生宝典——瓜果》

书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：

开本：A5

纸张：

包装：平装

是否套装：

国际标准书号ISBN：9787030477880

丛书名：天然食材养生宝典

编辑推荐

导语_点评_推荐词

内容简介

瓜果不仅是人们主要的副食品，也是自古以来民间用来防治疾病的食疗佳品。我国民间有"夏日吃块瓜，药物不用抓"、"一日一苹果，医生远离我"等赞美瓜果防治疾病的谚语。本书以中医学"医食同源"、"药食同源"为依据，倡导我国历代医家都十分重视的食疗，主张"药疗"不如"食疗"。本书所主张的"食疗"，都取自于人们日常生活中瓜果，具有取材方便，简单实用，疗效确实等诸多优点。

前言

序言

媒体评论

评论

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)