

《儿童保健药膳》

图书基本信息

书名：《儿童保健药膳》

13位ISBN编号：9787801355553

10位ISBN编号：7801355555

出版时间：1999-3

出版社：中国环境科学出版社

作者：郝爱真

页数：202

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《儿童保健药膳》

内容概要

《家庭保健药膳丛书》是一套集美容保健、滋补强身、防治疾病为一体的大型科普书籍。这套丛书由解放军总医院郝爱珍、顾奎琴同志主编，分为儿童保健药膳、妇女保健药膳、男性保健药膳、滋补保健药膳、常见疾病保健药膳、疑难杂病保健药膳六册。它汇集了古代名方、民间验方、经验方等食疗方约3000余条。作者结合现代营养学、中医学和现代医学，对书中食疗方进行了科学的整理和修改，使其选方、归类更为科学、合理和实用。此书内容丰富，类别齐全，通俗易懂。选方力求原料易得、制作简便，既适合于普通家庭，又可作为营养专业、中医及广大医务工作者参考之用。值得一提的是，药膳虽然有食疗和保健作用，并且食用安全，无毒副作用，但药膳毕竟是一种膳食，所以对病情较重和急症病人应及时找医生诊治，以免耽误病情。药膳最适用于一般疾病、慢性病的调养和辅助治疗，能起到增强人体免疫功能、补充营养强健体质、促进康复和保健防病作用。有病的人食用药膳时，可根据自身情况进行选择，或在医生指导下服用。药膳大多选用药性平和、副作用和异味小的药物和食物为原料，具有便于接受、易于坚持服用的特点。随着科学的发展，药膳将成为一门得具特色的新兴学科，为提高人类健康水平做出新的更大的贡献。

《儿童保健药膳》

书籍目录

一 健脑益智药膳 益智鲜段 黄精蒸鸡 莲子鸡丁 地黄乌鸡 杞精炖鹌鹑 何首乌炖鸡 枸杞叶炒猪心 枸杞海参鸽蛋 龙眼金钟鸡 合欢鸭心海参 龙眼烧鹅 密枣扒山药 糖醋焖鲫鱼 杞子烧黄鱼 芝麻酱炙鲤鱼 出水莲蓬 桂圆鸡丝 枸杞鱼片 参麦甲鱼 茉莉花氽鸡片 参杞羊头 银耳鸽蛋汤 黑豆枣杞汤 猪心枣仁汤 花生红枣汤 鲤鱼关豆腐健脑汤 萱草忘忧汤 益智羹 银耳杜仲清脑羹 龙眼肉长寿面 龙眼糕 茯苓人参糕 水晶蛋糕 补肾健脑糕 海参饼 益智油饺 芝麻荸荠鼓 蛋黄册药粳米粥 三珍米糰 神仙粥 山药桂圆粥 酸枣仁粥 栗子桂圆粥 远志膏 枸杞桂圆膏 决明菊花茶 防衰茶 健脑茶 芝麻茶 补脑增智饮 远志酒 合欢皮酒 菖蒲酒二 助长发育药膳三 小儿暑热症药膳四 小儿流涎症药膳五 小儿咳嗽药膳六 流行性腮腺炎药膳七 小儿多汗症药膳八 小儿厌食症药膳九 小儿消化不良药膳十 小儿疳积药膳十一 麻疹药膳十二 水痘药膳十三 百日咳药膳十四 小儿惊厥药膳十五 佝偻病药膳十六 小儿腹泻药膳十七 小儿遗尿药膳十八 小儿肾炎药膳十九 小儿肠道寄生虫药膳

《儿童保健药膳》

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：www.tushu000.com