

《药材养生事典》

图书基本信息

书名：《药材养生事典》

13位ISBN编号：9787810367790

10位ISBN编号：781036779X

出版时间：2005-4-1

出版社：汕头大学

作者：三采文化

页数：256

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

《药材养生事典》

内容概要

《图解中药滋补》中医学是中国人几千年的智慧结晶，强调一种适性积极的养生法，来保持身体的健康，而不是等到身体产生疾病了，才消极地治疗！《图解中药滋补》不是艰涩难懂的医学专书，而是使用最深入浅出的用语，来介绍100种日常生活中最常被使用来保健养生的中药材，并提供丰富的中医药常识。

《药材养生事典》

书籍目录

第一篇药材纵横谈有趣的药材命名故事 / 2认识药材的特性功能 / 4不可不知的用药禁忌 / 9科学中药知多少 / 12找出你的体质，才能用对中药 / 13这样煎煮中药最健康 / 16四季补养秘诀一春 / 19四季补养秘诀一夏 / 20四季补养秘诀一秋 / 21四季补养秘诀一冬 / 22 第二篇药材养生馆2画 24 / 人参 27 / 丁香 28 / 九层塔3画 29 / 山药 32 / 大黄 34 / 山楂 36 / 川芎 38 / 川贝母 40 / 三七 42 / 干姜4画 44 / 五味子 46 / 五加皮 48 / 天麻 50 / 天门冬 52 / 牛蒡子 54 / 牛膝 55 / 化石草 56 / 丹参 58 / 乌梅5画 60 / 玉竹 62 / 冬虫夏草 65 / 白豆蔻 66 / 白术 68 / 白芍 70 / 白果 73 / 白花蛇舌草 74 / 白茅根 76 / 白木耳 79 / 玄参 80 / 甘草 82 / 生地黄 84 / 半枝莲 85 / 东洋参 86 / 龙眼肉6画 89 / 当归 92 / 百合 94 / 肉桂 96 / 肉苁蓉 98 / 西洋参 100 / 红枣 103 / 红花 104 / 决明子7画 107 / 沙参 108 / 何首乌 110 / 杜仲 112 / 牡丹皮 114 / 杏仁 116 / 芡实 119 / 花椒 120 / 陈皮 122 / 麦门冬 125 / 麦芽 126 / 灵芝8画 128 / 金银花 130 / 玫瑰 133 / 枇杷叶 134 / 参须 136 / 罗汉果9画 138 / 枸杞 141 / 故纸花 142 / 胖大海 144 / 胡桃 147 / 厚朴 148 / 洛神花 150 / 荔枝核 151 / 茯苓 154 / 茵陈蒿 156 / 草果 157 / 茴香 158 / 荞麦10画 159 / 荷叶 162 / 夏枯草 164 / 莲子 167 / 益母草 168 / 桑叶 169 / 桑椹 170 / 桂枝 172 / 倒地蜈蚣 173 / 柴胡 174 / 通草 176 / 党参11画 179 / 菊花 182 / 黄芪 185 / 续断 186 / 淡竹叶 188 / 黄连 190 / 黄精 192 / 银杏叶 194 / 绿豆 196 / 菟丝子12画 197 / 紫苏叶 200 / 黑芝麻 202 / 黑枣 204 / 黑木耳 206 / 锁阳14画 208 / 酸枣仁 15画 210 / 熟地黄16画 212 / 薏仁 215 / 薄荷18画 218 / 藕节第三篇附录索引超实用中医词语小解 / 220四性归类索引 / 229药材功能分类索引 / 233

《药材养生事典》

精彩短评

- 1、书已经收到了，内容方面还挺满意，不过就是有一些产品出现过两次，但是没有规划是哪种，误导了读者，并且看完之后会觉得有点什么地方是不对劲，不过总体来说是挺满意的。。。。
- 2、浅显易懂，容易操作的好书。在家就可以轻松运用。
- 3、迷恋上了养生保健，一时冲动，买下了这本书，看后很受启发，就是太麻烦，懒得去实践，有一部分冲泡茶的还行，简单易行。
- 4、印刷精美，较实用

《药材养生事典》

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