

《健康大讲堂》

图书基本信息

书名：《健康大讲堂》

13位ISBN编号：9787538872316

10位ISBN编号：7538872310

出版时间：2012-11

出版社：黑龙江科学技术出版社

作者：《健康大讲堂》编委会

页数：319

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

《健康大讲堂》

内容概要

《健康大讲堂》编委会编著的《汉方青草药养生圣经》收录常见青草药160种，依药名首字笔画数编排，查找方便，每种青草药皆附有彩色图片，清晰呈现青草药样貌，并详细说明别名、特征、采集、性味、功能、用途、用量、使用注意等项，让您对青草药有全方位的了解。

每种青草药都列明附方应用，以组方简单、药材易取、效果显著为原则进行选编，全书涵盖日常生活中常见的汉方组成1600种，附方220种，指导您对症自疗百病。

《汉方青草药养生圣经》还附有煎药、用药的须知及禁忌，五脏六腑的功能，青草药的四气、五味、五色之意义与功能等各式表格，生活实用度满分。

书籍目录

序言

青草药养生常识

煎药须知

青草药四气、五味、五色之意义与功能

五脏的功能(五脏属阴)

六腑的功能(六腑属阳)

六经(三阳、三阴)系统

组成表

十二时辰属脏腑及血行部位断病简表

能与药物共炖的各种食物

煎药常选用的蜜糖类

服食中草药与服用西药之禁忌

疾病禁忌食物参考表

常见青草药详解

一年蓬

人心果

九重葛

十字蒲瓜树

九龙吐珠

蒲瓜树

三叶五加

三叶葡萄

大浮萍

三角叶西番莲

大花细辛

山苏花

山马茶

山茶花

山肉桂

山鹅仔菜

山麻

乞食碗

五爪金龙

六角英

五指茄

元宝草

天文草

化石树

文殊兰

毛西番莲

火焰木

加拿大蓬

火龙果

白茅

白甘薯

白花藤

白尾蜈蚣

白肉榕
石蚕兰
石斑木
瓜叶马兜铃
地锦
印度人苋
地耳草
朱槿
向天黄
灰藜
伏石蕨
守宫木
血桐
光果翼核木
冷清草
夹竹桃
芒萁
走马胎
串鼻龙
芒果
芸香
雨伞仔
金线莲
金毛狗脊
金露花
长柄菊
虎婆刺
长春花
长穗木
咖啡
菠萝蜜
柿
珍珠莲
香蕉
香兰草
染布青
重瓣朱槿
春不老
昭和草
红豆。
红苞鸭跖草
红穗铁苋
茉莉花
红楠
苦蓝盘
草胡椒
草海桐
草莓
茗藤

倒地铃
钉头果
神秘果
马利筋
胭脂树
飞来鹤
野茼蒿
野姜花
莎草根
球蕨
通泉草
侧柏
细叶十大功劳
接骨丹
瓠瓜
肾菜
喜树
紫花酢浆草
紫薇
紫花曼陀罗
紫锦木
紫兰
黑板树
贴生石苇
掌叶苹婆
笔筒树
番龙眼
番蝴蝶
番薯
塔花
钮仔茄
黄水茄
黄麻
黄野百合
黄藤
黄槐
猩猩草
葛藤
烟草
过山香
雷公藤
枫香
漆树
杨桃
酪梨
万寿菊
槐木
栾树
马兜铃

绿珊瑚
螫蟹花
福禄桐
台风草
茛萝
蔓芒萁
莲雾
赐米草
鸭脚木
树薯
橄榄
锡兰橄榄
猫须草
诺丽果
荞麦
蕨菜
蕹菜
薜荔
赛葵
虫屎
双花螳螂菊
鹅掌藤
麒麟花
肉豆蔻
藿香蓟
苏木
鸡血藤
鸡矢藤
萝芙木
鹧鸪麻
附录
针对常见病的汉方(目录)
针对常见病的汉方(供参考)

编辑推荐

《汉方青草药养生圣经》将常见青草药与“养生”主题相结合，融入了草药相关知识的介绍，并结合不同草药的特性，给出相应的对症汉方，让读者能更好地运用青草药来养生。同时，各种青草药的手绘图搭配上实体照片，让读者能更好地辨认这些养生青草药，不盲目养生。

精彩短评

- 1、非常好，平常都看看实际生活中可以运用到
- 2、非常精美的书！有非常清晰的实物照，容易辨认！而不是手绘的图！每款草药都有描述每个部位的药用功效，不容易误用。每一款草药的内容一般有：正名，别名，学名，科名，来源，成分，性味归经，茎的特征，叶的特征，花序类型，果实类型，生长环境，采集加工，功能，用途，用法用量，使用注意，汉方组成，还有额外的实用的复方应用。

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