

《中医食疗学》

图书基本信息

书名：《中医食疗学》

13位ISBN编号：9787533102609

10位ISBN编号：7533102606

出版时间：2009-7

出版社：山东科学技术出版社

作者：刘继林 编

页数：186

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

《中医食疗学》

内容概要

《全国中等中医药学校教材:中医食疗学(供中医护理、中医专业用)》主要以上、下篇两部分组成。为提高教学质量、在编写过程中,力求突出中医特色,体现中专特点;坚持理论联系实际的原则,以教学计划、教学大纲为依据,对本学科的基础理论、基本知识和基本技能进行较为全面的阐述,加强实践性教学内容的比重,并注意各门学科之间的联系,以提高教学的思想性、科学性、启发性、先进性和适用性。

《中医食疗学》

书籍目录

- 上篇 中医食疗学基础
- 中篇 食物的性能与应用
- 下篇 常见病证的食疗与食忌
- 附篇 饮食营养与健康
- 附录

版权页： 上篇 中医食疗学基础 第一章 中医食疗学的概念、起源与发展 中医食疗学是一门古老而新兴的学科。它是建立在古代食疗本草学和有关“食疗”的理论知识、临床经验基础之上的。从其学术思想之萌芽、发展到学科体系的形成，经历了一个漫长的历史时期。

第一节 中医食疗学的概念

中医食疗学是在中医药理论指导下，研究食物的性能、食物与健康的关系，并利用食物维护健康、防治疾病的科学。中医食疗学主要是在食疗本草学的基础上充实、发展起来的一门学科。它的基本内容可见于有关食疗本草之类的书籍，其次则散见于某些医书或中医临床书籍中。在古代，能体现中医食疗学这一概念的术语是“食疗”或“食治”。虽然有“疗”、“治”之称，但其内容并不主要指利用食物来治疗疾病，而主要是指利用食物来维护健康，并辅助药物防治疾病。之所以有“疗”、“治”之称，可能由于《本草求真》所说的“食物入口，等于药之治病，同为一理”的原因，故不能从表面上去理解。“食疗”离不开食物的性能和应用（包括食物的营养作用），食疗本草学则主要是研究各种食物的性能和应用的知识，并涉及有关食疗学知识。如唐代孙思邈《千金要方》“食治”一卷既分类介绍了果实、菜蔬、谷米、鸟兽及虫鱼的性能、应用，又在卷首序论中论述了食疗的意义、原则和饮食宜忌。而它的主要内容属于食疗本草学范围。其后有关食疗本草学书籍所论述的范围基本与此相似。唯有食疗本草学在它主要研究对象以外，涉及中医食疗学知识较多而比较集中。所以说它是中医食疗学形成的基础。而像《伤寒杂病论》、《肘后备急方》、《外台秘要》、《太平圣惠方》、《圣济总录》、《古今医统大全》等书籍，中医食疗学内容，只是全书所涉及的一部分。无论怎样，这都说明中医食疗学具有十分悠久的历史。今天，食物在维护健康、防治疾病方面的作用越来越引起人们的重视，医药和营养学界也正在逐步开始从多方面进行研究和利用。可以说，中医食疗学是一门古老而崭新的科学。中医食疗学用以维护健康、防治疾病的方法是食物疗法（也可称为食疗），它和药物疗法有很大的不同。前者主要是利用食物（谷肉果菜之类），并以饮食物的形式运用的；后者主要是用药物，并以药剂的形式运用的。前者适应范围较广泛，主要针对非健康人群，其次才是用于患者，作为药物或其它治疗措施的辅助手段；后者适应范围较局限，主要针对病人，其次才用于不健康的人群，是治疗疾病和预防疾病的重要手段。前者是随着日常饮食生活比较自然地接受的，后者则不是这样。应用食物疗法不仅能达到保健强身、防病治病的目的，而且还能给人感官上、精神上以享受。这种自然疗法与服用苦口的药物相比迥然不同，易为人们接受。当然，由于食物疗法和药物疗法各有偏长，故在防病治病的过程中二者都是不可缺少的。应用其所长，相互配合。

第二节 中医食疗学的起源与发展

古人说：“民以食为天。”也就是说，食物是人们生活必不可少的东西。人体生命活动必须依靠摄取食物来维持。人类为了生活与健康，必须寻找食物，并进一步认识食物，探索食物维护健康以及防治疾病的作用。从这一点说，自从有了人类，“食疗”就在自觉或不自觉的探索之中了。史前时期，“神农尝百草”的传说便含有这一内容。自夏朝（公元前21～前16世纪）发明了发酵酿酒后，殷商时代酒的酿造与应用已较普遍。酒除供饮用外，还广泛用于医药。医用汤液在当时也从烹调中产生出来。可见，此时中医食疗已经萌芽。西周时（前11世纪～前771年）宫廷里就有了“食医”的官职人员，专做帝王的饮食保健工作，膳食的制作已多样化。

《中医食疗学》

编辑推荐

《全国中等中医药学校教材:中医食疗学(供中医护理、中医专业用)》是《全国中等中医药学校教材》丛书中的一本，教材是教师进行教学的主要依据，也是学生获得知识的重要工具，本教材通过教学实践，并认真总结经验。可供中医护理、中医专业用。

《中医食疗学》

精彩短评

- 1、太专业了
- 2、值得学习的一本好书，需要花时间认真阅读。收藏了。
- 3、吃的学问，很好的参考书。

《中医食疗学》

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