

《食疗药膳手册》

图书基本信息

书名：《食疗药膳手册》

13位ISBN编号：9787516700426

10位ISBN编号：7516700428

出版时间：2012-10

出版社：中国劳动社会保障出版社

页数：182

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

《食疗药膳手册》

书籍目录

食疗药膳概述第1章 四季养生药膳 春季养生药膳 夏季养生药膳 秋季养生药膳 冬季养生药膳第2章 保健养生药膳 减肥药膳 延缓衰老药膳 温补肾阳药膳 滋补肾阴药膳 强筋壮骨药膳 明目聪耳药膳第3章 食疗药膳粥第4章 方便食疗药膳 益气露药膳 补血露药膳 养心露药膳 平肝露药膳 健脾露药膳 润肺露药膳 补肾露药膳 玉肤露药膳第5章 滋补脏器药膳 以心补心药膳 以肝补肝药膳 以肾补肾药膳 以肚补胃药膳 以肺补肺药膳第6章 常见疾病食疗药膳 高血压的简便食疗药膳 冠心病的简便食疗药膳 中风的简便食疗药膳 慢性胃炎的简便食疗药膳 防治便秘的简便食疗药膳 肝脏疾病的简便食疗药膳 感冒的简便食疗药膳 慢性肾炎的简便食疗药膳 脂肪肝的简便食疗药膳 高血脂症的简便食疗药膳 糖尿病的简便食疗药膳 痛风的简便食疗药膳 骨质疏松症的简便食疗药膳 更年期综合症的简便食疗药膳 失眠的简便食疗药膳 颈椎病的简便食疗药膳 老年性白内障的简便食疗药膳 黄褐斑的简便食疗药膳 前列腺肥大的简便食疗药膳 自汗、盗汗的简便食疗药膳第7章 滋补药膳宴席菜谱 福寿宴 青春健美宴 素食宴

《食疗药膳手册》

编辑推荐

肖迪娜、吴鼎坤主编的《食疗药膳手册》以介绍可供家庭自制食疗药膳的食品为主，药食两用食材和中药为辅，循序渐进，有系统性。本书在介绍食疗药膳菜肴时，不仅有配方、制作方法和功效的介绍，还补充了常用食材的性味功效，具有实用、可操作性强的特点。本书以崭新的视角，呈现给人们一种符合现代自我保健的行为方式与技术。本书文字通俗易懂、逸闻生趣、图文并茂、雅俗共赏，具有较强的可读性，是一本倡导现代自我保健理念的健康生活手册。

《食疗药膳手册》

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