

# 《台灣常用食物療效 1 8 0 種》

## 图书基本信息

书名：《台灣常用食物療效 1 8 0 種》

13位ISBN编号：9789570818598

10位ISBN编号：957081859X

出版时间：2012-1

出版社：聯經

作者：鄭振鴻

页数：442

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](http://www.tushu000.com)

# 《台灣常用食物療效 180種》

## 內容概要

本書依中醫對食物的性能，分有四氣：寒、熱、虛、實，五味：酸、苦、甘、辛、鹹，與自己的寒、熱、虛、實的體質，配合現代科學研究對食物的分析療效，介紹本土常用蔬果、穀類、禽、獸、水產、菌類、奶類的功效特點，願助每個人，依其個人體質特性，食用適合的食物，使每個人吃得營養、健康、長壽。作者簡介

鄭振鴻，民國40年9月20日生。中國醫藥學院中醫系畢業，現任台北市立中醫醫院中醫內科主任。曾任台北市立和平醫院中醫內科主任及主治醫師；曾獲民國84年行政院模範公務人員表揚；並曾主持行政院國科會、衛生署及台北市衛生局多項研究計畫，經常接受大眾傳播媒體訪問，所發表的多篇文章，散見各大報章雜誌。

# 《台灣常用食物療效 180種》

## 作者簡介

鄭振鴻，民國40年9月20日生。中國醫藥學院中醫系畢業，現任台北市立中醫醫院中醫內科主任。曾任台北市立和平醫院中醫內科主任及主治醫師；曾獲民國84年行政院模範公務人員表揚；並曾主持行政院國科會、衛生署及台北市衛生局多項研究計畫，經常接受大眾傳播媒體訪問，所發表的多篇文章，散見各大報章雜誌。

# 《台灣常用食物療效 180種》

## 書籍目錄

自序

第一章 总论

第二章 适合一般人的食物（性平）

第三章 适合热性体质的食物

第四章 适合寒性体质的食物

第五章 适合偏寒体质的食物

第六章 适合偏热体质的食物

附录：各类疾病食疗适用食物一览表

# 《台灣常用食物療效 1 8 0 種》

## 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](http://www.tushu000.com)