

# 《食物也治病》

## 图书基本信息

书名：《食物也治病》

13位ISBN编号：9787117168656

10位ISBN编号：711716865X

出版社：冯运、章燕、冯殿恩、靳令经 人民卫生出版社 (2013-04出版)

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)

# 《食物也治病》

## 书籍目录

一、水产品1．黄鱼2．黑鱼3．银鱼4．鲫鱼5．鲇鱼6．鳊鱼7．带鱼8．鳊鱼9．马面纯10．鳕鱼11．鲑鱼12．三文鱼13．鳗鲡14．平鱼15．鱿鱼16．墨鱼17．鲍鱼18．甲鱼19．乌龟20．黄鳝21．泥鳅22．河豚23．螃蟹24．梭子蟹25．虾26．淡菜27．扇贝(干贝)28．螺蛳29．田螺30．海带31．紫菜32．石花菜33．龙须菜34．海参35．牡蛎36．蛭子37．蛤蜊38．海蜇39．鲢鱼40．鲤鱼41．鲈鱼二、肉类1．牛肉2．羊肉3．猪肉4．驴肉5．狗肉6．兔肉7．猪蹄8．火腿9．猪肚10．猪血11．猪肝三、禽蛋类1．鸡肉2．鸭肉3．鹅肉4．鸽子5．鹌鹑6．鸡蛋7．鸭蛋8．皮蛋9．咸鸭蛋四、奶类1．牛奶2．酸奶3．乳酪4．羊奶参考文献

## 《食物也治病》

### 编辑推荐

俗话说“民以食为天”。自古以来，食物一直是民间用来防治疾病的“灵丹妙药”。中医学倡导“医食同源”、“药食同源”，我国历代医家都十分重视“食疗”观念，主张“药疗”不如“食疗”。如唐代大医学家孙思邈在《千金方》中说：“凡欲治疗，先以食疗，既食疗不愈，后乃用药尔。”冯运等编著的《食物也治病(鱼肉禽蛋奶篇)》所主张的“食疗”都取自人们日常生活中常见的天然食物，具有取材简便实用，疗效独特，即使长期食用也不会产生耐药或毒副作用的优点，所涉及的食材主要包括以下几类：水产类、肉类、禽蛋类等。

# 《食物也治病》

## 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)