

《《葱姜蒜酒茶醋速效小偏方》（中）》

图书基本信息

书名：《《葱姜蒜酒茶醋速效小偏方》（中华传统医学养生丛书）》

13位ISBN编号：9787543970902

出版时间：2016-9

作者：柳书琴主编

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

《《葱姜蒜酒茶醋速效小偏方》（中）》

内容概要

葱、姜、蒜是日常必备的调味品，又是具有神奇功效的良药。如春秋战国时期，人们已深知吃姜对人的好处。2000多年前的《礼记》中已有“楂、梨、姜、桂”的记载。汉墓出土文物中就有生姜。孔子也主张“每食不撤姜”，他还养成了饭后嚼食姜片的习惯，把姜列为食谱中不可缺少之物。

葱，味辛、辣，性温，归肺、胃经，葱全身可入药，具有解表散寒、通阳抑菌之功效。葱营养丰富，除含有胡萝卜素、维生素A、B族维生素、维生素C及铁、钙、磷、镁等矿物质外，还含有挥发油，油中的主要成分为葱辣素，具有较强的杀菌及抑制细菌、病毒的功效。呼吸道传染病流行时，多吃些葱有预防作用。另外，葱还能有效地治疗伤风感冒。

姜，根茎味辛，性微温，气香特异，归肺、脾、胃经，有发汗解表、温中止呕的功效。现代研究更加证实，姜是极好的保健食品，它含有人体必需的氨基酸、维生素B1、维生素B3，及钙、磷、铁等多种营养成分，其挥发油、辛酸素等对人体各系统都有一定的功效。近年来国内外学者还发现姜能预防癌症，防治胆结石。

蒜，味辛、平，性温，归脾、胃、肺经，具有杀虫、解毒、祛寒健胃的功效。大蒜具有超强的杀菌能力，这是因为其含有一种叫蒜氨酸的独有物质，当它进入血液后就会转换为大蒜素，而这种大蒜素即使被稀释仍能在瞬间杀死大肠埃希菌、痢疾杆菌、葡萄球菌等多种病菌。季节交替之际，每天吃几瓣大蒜可预防肠道传染病。

古人讲究食有五味——酸、苦、甘、辛、咸，而醋就占了这个“酸”字，可见它的重要性。同时，醋不仅可以让菜品更美味，而它的一些药用价值也在人们长时间的食用中被发现。单讲苦味，人们自是觉得不似甜味让人有愉快的感觉，但却对茶的苦情有独钟，其实茶的苦是余味为甘。茶已是世界级的饮品，茶叶作为一种著名的保健饮品，它是古代中国南方人民对中国饮食文化的贡献，也是中国人民对世界饮食文化的贡献。而酒这一独特的饮品在中国更是有悠久的历史，在中国数千年的文明发展史中，酒与文化的发展基本上是同步进行的。同时，人们发现了酒对药的效用有一定的激发作用，认为酒为“百药之长”，于是酒除了佐餐助兴之外有了更大的用处。

通过食材配伍以达到一种平和的状态，这与中国的传统文化中所讲的中庸之道及阴阳调和的理念是一致的。而文明的发达会体现在各个方面，对于深持“民以食为天”理念的中国人来说，更是将“吃、喝”的事推到了一种文化的境界。

中医理论中，葱、姜、蒜属于发物，各自具有不同的性味归经和功效。现代科学研究也证实了葱、姜、蒜的营养成分与其治病功效。古人讲究食有五味——酸、苦、甘、辛、咸，而醋就占了这个“酸”字，可见它的重要性。同时，醋不仅可以让菜品更美味，而它的一些药用价值也在人们长时间的食用中被发现。单讲苦味，人们自是觉得不似甜味让人有愉快的感觉，但却对茶的苦情有独钟，其实茶的苦是余味为甘。茶已是世界级的饮品，茶叶作为一种著名的保健饮品，它是古代中国南方人民对中国饮食文化的贡献，也是中国人民对世界饮食文化的贡献。而酒这一独特的饮品在中国更是有悠久的历史，在中国数千年的文明发展史中，酒与文化的发展基本上是同步进行的。同时，人们发现了酒对药的效用有一定的激发作用，认为酒为“百药之长”，于是酒除了佐餐助兴之外有了更大的用处。

柳书琴主编的《葱姜蒜酒茶醋速效小偏方(精)/中华传统医学养生丛书》通过食材配伍以达到一种平和的状态，这与中国的传统文化中所讲的中庸之道及阴阳调和的理念是一致的。而文明的发达会体现在各个方面，对于深持“民以食为天”理念的中国人来说，更是将“吃、喝”的事推到了一种文化的境界。

《《葱姜蒜酒茶醋速效小偏方》（中）》

书籍目录

第一部分 葱·姜·蒜速效小偏方

第一篇 神奇的药性和治病原理

葱

姜

蒜

第二篇 内科病良方

感冒

急、慢性支气管炎

肺部疾病

哮喘

咯血

眩晕

动脉硬化

高血压

高脂血症

冠心病

胃脘痛

反胃

胁痛

腹胀腹痛

呕吐

呃逆

吐血

腹泻

便秘

便血

黄疸

鼓胀

积聚

结胸

噎膈

胃下垂

直肠脱垂

血尿

淋症

泌尿系结石

肾炎

水肿

癃闭

遗尿

头痛

失眠

脑血管意外、卒中

神经痛

痹症

腰痛

中暑

《《葱姜蒜酒茶醋速效小偏方》（中）》

中毒
中恶
虚劳
贫血
紫癜
脚气病和维生素缺乏症
糖尿病
第三篇 外科病良方
疔肿
疔
疔疮
丹毒
压疮
臁疮
痔疮
颈淋巴结核
急性肠梗阻
阑尾炎
疝气
跌打损伤
挫擦扭伤
腱鞘炎、腱鞘囊肿
烫伤、烧伤、晒伤
金疮
外伤出血
破伤风
狂犬咬伤
毒蛇咬伤
毒蜘蛛咬伤
蜂虫蜇咬伤
断指骨折
腰椎间盘突出
骨髓炎
脱肛
骨与关节结核
腰肢痛
第四篇 传染性疾病良方
流行性腮腺炎
白喉
流行性脑脊髓膜炎
肺结核
霍乱
肝炎
疟疾
蛔虫病
蛲虫病
钩虫病
绦虫病

流行性乙型脑炎

痢疾

疟疾

第五篇 皮肤科疾病良方

湿疹

狐臭

多汗脚臭

稻田皮炎

痱子

黄水疮

皮肤瘙痒

深部真菌感染

神经性皮炎

银屑病

带状疱疹

荨麻疹

头癣

手、足、甲癣

花斑癣

脓疱疮

疥疮

酒渣鼻

脱发

鸡眼

白癜风

疣

冻疮

结膜炎

头目疼痛

鼻衄

鼻窦炎

鼻痛

耳鸣耳聋

咽喉肿痛

慢性咽炎

扁桃腺炎

牙痛

口腔溃疡

牙本质过敏

第七篇 儿科病良方

小儿厌食

婴儿吐乳

小儿胃痛

小儿腹痛

小儿尿潴留

小儿便秘

小儿水肿

小儿脐风

小儿解颅

《《葱姜蒜酒茶醋速效小偏方》（中）》

小儿癫痫
小儿夜啼
小儿急性喉炎
小儿乳蛾
小儿口疮
小儿脐突、脐部红肿
小儿秃疮
小儿湿重
小儿赤游风
麻疹
小儿感冒
支气管哮喘
小儿咳嗽
小儿腮腺炎
百日咳
小儿腹泻
小儿疳积
小儿呕吐
小儿遗尿症
小儿阴缩
婴幼儿惊厥
小儿鹅口疮
新生儿脐炎
虫症
第八篇 妇科病良方
倒经及经行呕吐
乳腺炎
乳腺增生
月经不调
痛经
闭经
崩漏
带下病
不孕症
女阴瘙痒
子宫脱垂
更年期综合征
滴虫性阴道炎
阴冷
阴疮
妊娠呕吐
妊娠泌尿系感染
妊娠大小便失常
妊娠腹痛、胸胁胀满
第二部分 酒·茶·醋速效小偏方
第一篇 神奇的药性和治病原理
酒
茶
醋

第二篇 内科病良方

感冒

头痛

急、慢性支气管炎

肺部疾病

哮喘

眩晕

惊悸、怔忡

动脉硬化

高血压

高脂血症

冠心病

胃脘痛

慢性胃炎

反胃

腹胀腹痛

呕吐

呃逆

吐血

腹泻

便秘

便血

黄疸

膨胀

噎膈

胃下垂

直肠脱垂

肠梗阻

血尿

尿频

淋证

泌尿系结石

泌尿系感染

肾炎

水肿

癃闭

遗尿

失眠

脑血管意外、卒中

神经痛

痹症

腰痛

腰腿痛

腰肢痛

中暑

中毒

中恶

虚劳

神经衰弱
贫血
糖尿病
癌症疼痛
第三篇 外科病良方
疔肿
痈
疗疮
瘰
血栓闭塞性脉管炎
丹毒
疔疮
痔疮
瘰疬
急性肠梗阻
疝气
挫擦扭伤
烫伤、烧伤、晒伤
金疮(刀斧伤、枪伤)
破伤风
狂犬咬伤
毒蛇咬伤
毒蜘蛛咬伤
蜂虫蜇咬伤
蜈蚣咬伤
蝎子蜇伤及其他毒虫咬伤
腰椎间盘突出
颈椎病
骨髓炎
脱肛
跌打损伤
骨折
脱位
颈椎病
肩周炎
骨质增生
关节疼痛
第四篇 传染性疾病良方
流行性腮腺炎
白喉
肺结核
肺癌
伤寒、副伤寒
霍乱
肝炎
疟疾
蛔虫病
蛲虫病
痢疾

细菌性痢疾

疟疾

病毒性肝炎

第五篇 皮肤科疾病良方

狐臭

多汗脚臭

稻田皮炎

痱子

痤疮

皮肤瘙痒

深部真菌感染

银屑病

带状疱疹

荨麻疹

头癣

手、足、甲癣

花斑癣

脓疱疮

疥疮

酒渣鼻

脱发

鸡眼

白癜风

疣

冻疮

硬皮病

皮肤瘙痒

虱

第六篇 五官科疾病良方

结膜炎

麦粒肿与夜盲

白内障及其他眼病

耳鸣

耳聋

鼻疮

鼻衄

鼻痛

中耳炎

咽喉肿痛

虚火喉痹

嘶哑失音(喉暗)

扁桃腺炎

骨鲠咽喉

牙痛

牙本质过敏

口腔溃疡及其他口腔疾病

第七篇 儿科病良方

小儿胃痛

小儿腹痛

《《葱姜蒜酒茶醋速效小偏方》（中）》

小儿水肿
小儿癫痫
小儿流涎
小儿湿疹、水痘
小儿口疮
小儿疝气
小儿佝偻病
麻疹
小儿发热
小儿感冒
小儿支气管哮喘
小儿咳嗽
小儿腮腺炎
百日咳
小儿腹泻
小儿疳积
小儿呕吐
小儿遗尿症
婴幼儿惊厥
小儿鹅口疮
虫症
小儿暑疖
第八篇 妇科病良方
乳腺炎
急性乳腺炎
胎死不下
产后痉症
产后身痛
产后癃闭
胎衣不下
产后出血
产后缺乳
产后卒中
产后晕厥
产后便秘
产后腹痛
产后虚弱
产后胁痛
产后恶露不尽
难产及其他妇科杂病
盆腔炎
子宫肌瘤
子宫内膜异位症
外阴瘙痒
月经不调
痛经
闭经

《《葱姜蒜酒茶醋速效小偏方》（中）》

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