

家庭百病与食疗



[家庭百病与食疗 下载链接1](#)

著者:赵 叶

出版者:第1版 (2000年1月1日)

出版时间:2000-7-1

装帧:平装(无盘)

isbn:9787503826030

饮食疗法是祖国医学的宝贵遗产之一。我们的祖先很早就采用它来治疗疾病。在古代，医疗是随着饮食活动同时进行着的，也即“食药同源”“食医同源”。

人类在长期的生活实践中，不断积累着不同情况下选择不同食物的经验，这便是“饮食疗法”的开始。随着人类的进化，人类饮食也从随意寻找，逐渐过渡到有目的地选择食物，摒弃有害食物，进食有益食物。

这些简单、便捷，易行、有效的食疗方法，可就地取材，无毒、无副作用，适用于多种疾病，多为民间乐于采用。

编写《家庭百病与食疗》一书，是想让朋友们在茶余饭后阅读，通过日常饮食来控制和治疗疾病，把健康的金钥匙交给大家，达到促进人类健康的目的。

作者介绍:

目录: 前言

内科

感冒

气管炎

.....

外科

痔疮

脱肛

水痘

.....

妇科

白带

痛经

.....

儿科

小儿便秘

小儿腹泻

.....

五官科

慢性咽喉炎

扁桃腺炎

.....

健身食疗

各种职业的饮食选择

抗衰老食谱

.....

· · · · · (收起)

[家庭百病与食疗_下载链接1](#)

标签

评论

[家庭百病与食疗_下载链接1](#)

书评

[家庭百病与食疗_下载链接1_](#)