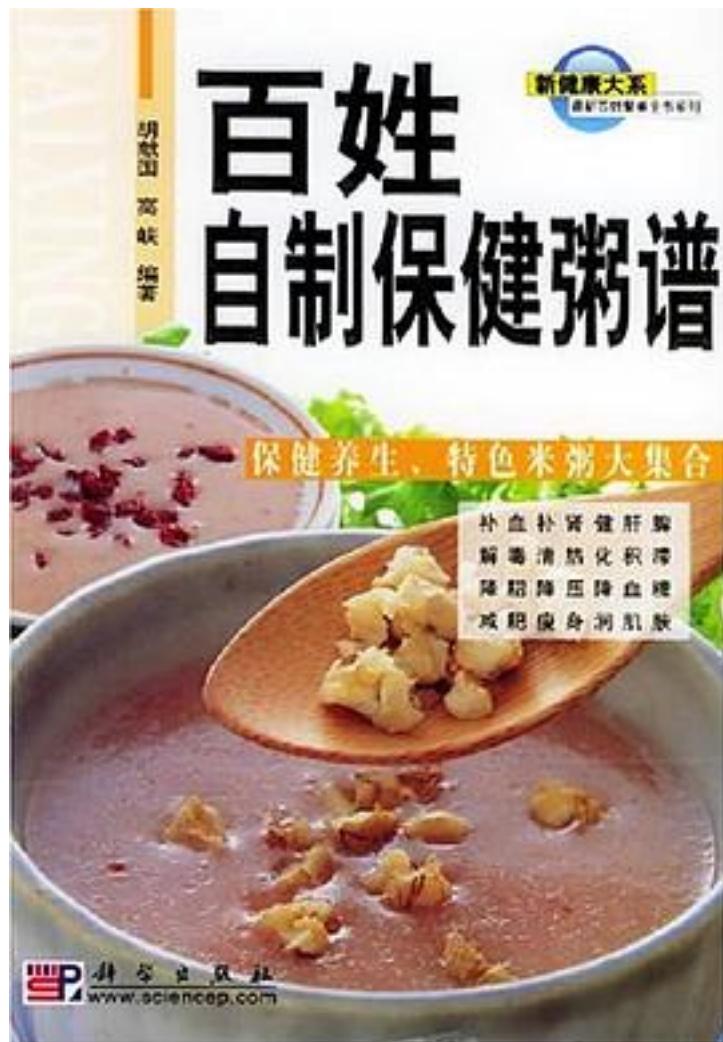


# 百姓自制保健粥谱



[百姓自制保健粥谱\\_下载链接1](#)

著者:胡献国 编

出版者:科学出版社

出版时间:2005-4

装帧:简装本

isbn:9787030152480

《百姓自制保健粥谱》内容简介：随着医保的实施、处方药与非处方药的分类使用，医学保健常识的普及，“大病上医院，小病上药站”，“医院诊断，家中治疗”渐成时尚。而药源性疾病的增多和每副官作用的不断出现，又使中医药日益受到人们的注重，药粥疗法更是人们的宠儿。保健粥品，是在中医辨证论治的原则指导下，选用中药制成药粥，用来防治疾病的一种食疗方法。这以食材易得，方法简单，疗效确实，药力集中，副官作用少而被人们接受。《百姓自制保健粥谱》系统介绍了具体不同作用的各类药粥，从其粥方组成，煮制方法，功效，各有千秋下粥义解说，注意事项等方面进行了介绍，便于嘲笑远方用粥。既可作为从事中医食疗学教学及科研售货员和广大中医食疗爱好者的参考用书。

作者介绍：

目录：

[百姓自制保健粥谱 下载链接1](#)

标签

保养

评论

最近在学煮粥哟...很全面的粥谱~

[百姓自制保健粥谱 下载链接1](#)

书评

[百姓自制保健粥谱 下载链接1](#)