

药材养生事典



[药材养生事典 下载链接1](#)

著者:三采文化

出版者:汕头大学出版社

出版时间:2005-4-1

装帧:BBC书籍

isbn:9787810367790

《图解中药滋补》中医学是中国人几千年的智慧结晶，强调一种适性积极的养生法，来保持身体的健康，而不是等到身体产生疾病了，才消极地治疗！

《图解中药滋补》不是艰涩难懂的医学专书，而是使用最深入浅出的用语，来介绍100种日常生活中最常被使用来保健养生的中药材，并提供丰富的中医药常识。

作者介绍:

目录:

第一篇 药材纵横谈有趣的药材命名故事 / 2 认识药材的特性功能 / 4 不可知的用药禁忌 / 9 科学中药知多少 / 12 找出你的体质，才能用对中药 / 13 这样煎煮中药最健康 / 16 四季补养秘诀—春 / 19 四季补养秘诀—夏 / 20 四季补养秘诀—秋 / 21 四季补养秘诀—冬 / 22 第二篇 药材养生馆 2画 24 / 人参 27 / 丁香 28 / 九层塔 3画 29 / 山药 32 / 大黄 34 / 山楂 36 / 川芎 38 / 川贝母 40 / 三七 42 / 干姜 4画 44 / 五味子 46 / 五加皮 48 / 天麻 50 / 天门冬 52 / 牛蒡子 54 / 牛膝 55 / 化石草 56 / 丹参 58 / 乌梅 5画 60 / 玉竹 62 / 冬虫夏草 65 / 白豆蔻 66 / 白术 68 / 白芍 70 / 白果 73 / 白花蛇舌草

74／白茅根 76／白木耳 79／玄参 80／甘草 82／生地黃 84／半枝蓮 85／東洋參
86／龍眼肉 6画 89／當歸 92／百合 94／肉桂 96／肉苁蓉 98／西洋參 100／紅枣
103／紅花 104／決明子 7画 107／沙參 108／何首烏 110／杜仲 112／牡丹皮 114／杏仁
116／芡實 119／花椒 120／陳皮 122／麥門冬 125／麥芽 126／靈芝 8画 128／金銀花
130／玫瑰 133／枇杷葉 134／參須 136／羅漢果 9画 138／枸杞 141／故紙花
142／胖大海 144／胡桃 147／厚朴 148／洛神花 150／荔枝核 151／茯苓 154／茵陳蒿
156／草果 157／茴香 158／荞麥 10画 159／荷葉 162／夏枯草 164／蓮子 167／益母草
168／桑葉 169／桑椹 170／桂枝 172／倒地蜈蚣 173／柴胡 174／通草 176／黨參 11画
179／菊花 182／黃芪 185／續斷 186／淡竹葉 188／黃連 190／黃精 192／銀杏葉
194／綠豆 196／菟絲子 12画 197／紫蘇葉 200／黑芝麻 202／黑棗 204／黑木耳
206／鎖陽 14画 208／酸枣仁 15画 210／熟地黃 16画 212／薏仁 215／薄荷 18画
218／藕節第三篇附錄索引超实用中医词语小解／220四性归类索引／229药材功能分类
索引／233

• • • • • (收起)

[药材养生事典](#) [下载链接1](#)

标签

饮食

纸本收藏

生活

养生

药材

料理

医学

养生事典

评论

印刷精美，较实用

[药材养生事典 下载链接1](#)

书评

[药材养生事典 下载链接1](#)