

性保健食疗



[性保健食疗_下载链接1](#)

著者:石四维

出版者:上海科学技术文献出版社

出版时间:2007-1

装帧:

isbn:9787543930162

《性保健食疗》分三部分：一是性健康与食疗概述，二是介绍“助性”的食物，三是针对性病的食疗和辅助治疗。食疗是满足身心需要的愉快实践，也会给自己留下一系列健康美味的回忆。中国的食疗是既可果腹，又可疗疾，这是以消除病因、促进人体的精气为目的，回复生理状态的平衡。它是中华医药的重要组成部分，是中华民族在与疾病作斗争的漫长实践和历史性观察认识中不断发展起来的原创性科学。目前，我国正在将中国传统医药申报世界非物质文化遗产，人们对生命科学有了新认识后，必会回归自然，通过自然手段来恢复健康，而作为生理本能的性行为，正是人类生活不可缺少的内容，也是延年益寿的一大保证。

中国食疗就是把中国菜肴和中国医学有机结合起来，成为集营养、保健、防病、治病、益寿为一体的饮食方法。

作者介绍:

目录:

[性保健食疗_下载链接1](#)

标签

评论

[性保健食疗_下载链接1](#)

书评

[性保健食疗_下载链接1](#)