

药补不如食补



[药补不如食补 下载链接1](#)

著者:韩公羽

出版者:中国书籍

出版时间:2007-10

装帧:

isbn:9787506815826

随着生活水平的日益提高，人们的饮食观念发生了很大变化，食物的药用价值越来越受到

人们的重视。本书选取常见的具有药用价值的食物，对其成分及用途等作了深入浅出的介绍。

有许多食用植物也是药用植物。如大蒜治痢、山楂降脂、生姜驱寒、慈姑清热等，因此有“医食同源”“药补不如食补”之说。

作者介绍:

目录:

[药补不如食补 下载链接1](#)

标签

评论

[药补不如食补 下载链接1](#)

书评

[药补不如食补 下载链接1](#)