

健康吃喝



[健康吃喝_ 下载链接1](#)

著者:何富乐

出版者:上海科学技术文献出版社

出版时间:2008-1

装帧:

isbn:9787543934610

《健康吃喝:中医食疗的全新解读(家庭珍藏版)》分上下两篇系统介绍了健康吃喝方面的实用性知识，比较全面地诠释了中医食疗的理论和临床经验。上篇为基础篇，介绍健康

吃喝的总论，包括健康常识、食物常识、疾病忌口、吃喝与健康的关系、保健品常识和药膳。另外介绍了常用食物和药物的功效和使用中需注意的问题，每种食物名下分别设有“来源”、“别名”、“现代研究”、“性味归经”、“功效”、“应用”和“使用注意”等项内容；下篇为常见疾病的吃喝调养，选收以内科为主以及其他各科常见疾病的药膳，每种病名下设有“疾病概述”、“临床分型”、“饮食宜忌”和“辨证药膳指导”。

作者介绍:

目录:

[健康吃喝_下载链接1_](#)

标签

评论

[健康吃喝_下载链接1_](#)

书评

[健康吃喝_下载链接1_](#)