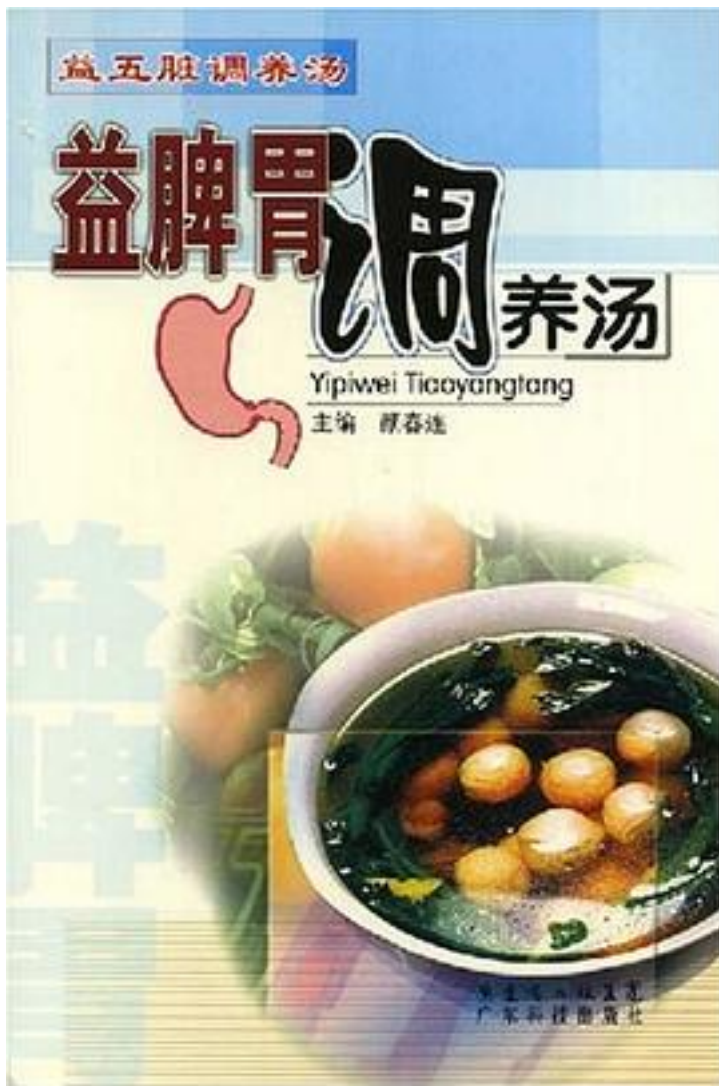


益脾胃调养汤



[益脾胃调养汤_下载链接1](#)

著者:颜春连 编

出版者:

出版时间:2008-8

装帧:

isbn:9787535942357

《益脾胃调养汤·益五脏调养汤》系列，计有《益心调养汤》、《益脑调养汤》、《益肝调养汤》、《益肺调养汤》、《益肾调养汤》、《益脾胃调养汤》6本。本系列书籍是以汤在保养五脏中的作用为中心，将各种滋补强身、防病健体作用的食物和药物，依据中医理论进行合理调配，形成集色、香、味、形、创意、功能于一身，融中医学、中药学、营养学、烹饪技术、饮食文化于一体的高品味、高营养价值的膳食。同时，本系列书也充分体现了中国传统饮食保健医学的科学性、系统性、针对性、实用性的诸多特征。“寓医于食”，使“药借食味，食助药性”，并把两者巧妙地结合在一起，使食用者既可以感受到饮食文化的博大精深，又可以在轻松愉快的享用中达到治疗及保健的效果：既是一种饮食文化的精神享受，又能达到强身健体、延年益寿的目的。

同时，本系列书籍还重点介绍了五脏的虚证和病症的概要情况、饮食原则、饮食宜忌，以及不同汤方对五脏的调养情况和作用。所列汤方以滋补健身、防病疗疾、口感较佳、制作方便、功效突出为原则，对具体调养汤方的原料、制作、食法、功用、注意事项等一一作了详细介绍。这样读者可根据自己的体质和需要，有效地进行强身健体，寓养生、疗疾于汤补之中，达到亦食亦养、亦养亦治的目的，从而使自己得以实实在在地感受到生活的乐趣。兰完全适合现代人养生的需求，是每一个追求自然、关爱健康的现代人食补食养、防病治病、强身健体的必备书籍。

作者介绍:

目录:

[益脾胃调养汤_下载链接1](#)

标签

评论

[益脾胃调养汤_下载链接1](#)

书评

[益脾胃调养汤_下载链接1](#)