

# 《本草纲目养生智慧全书》

## 图书基本信息

书名：《本草纲目养生智慧全书》

13位ISBN编号：9787542748300

10位ISBN编号：7542748300

出版时间：2011-1

出版社：上海科学普及出版社

作者：李兴广 编

页数：255

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

# 《本草纲目养生智慧全书》

## 内容概要

《本草纲目养生智慧全书(畅销升级版)》主要内容简介：有“中国第一药典”之称的《本草纲目》，对后世食物养疗学、饮食烹饪学、医药学、动物学、种植学及日常生活保健都构成了深远影响。《本草纲目养生智慧全书(畅销升级版)》精选《本草纲目》中金石、草、果、木、虫诸类的精华，按照药材功能分类介绍，对每一味药材引经据典，详述其别名、性味归经、传统功用、用量用法、注意事项、来源、药材性状及药理作用，并对每味药材都提出了切实可行的应用指南，提供了治疗各种疾病的应用药方，深入挖掘千年本草养生保健的博大智慧，让您尽享长寿安康之道。

# 《本草纲目养生智慧全书》

## 作者简介

### 李兴广

北京中医药大学教授，中药教研室主任，主任医师。1983年自北京中医学院毕业后进入北京中医药大学，20余年来，一直活跃在教学和临床的第一线，主讲中药学、本草文献学、中药饮片辨识等课程。并坚持临床教学工作，开设特色门诊，针对各种常见病症的治疗积累了丰富

# 《本草纲目养生智慧全书》

## 书籍目录

第一章 解表药 辛温解表药 麻黄 桂枝 紫苏叶 香薷 生姜 防风 白芷  
细辛 苍耳子 辛夷 荆芥 辛凉解表药 牛蒡子 薄荷 蝉蜕 桑叶 菊花  
蔓荆子 柴胡 浮萍 葛根 一枝黄花 第二章 清热药 清热泻火药 知母 竹叶  
决明子 芦根 天花粉 鸭跖草 夏枯草 青箱子 栀子 清热解毒药 金银花  
连翘 蒲公英 地丁 野菊花 穿心莲 大青叶 板蓝根 鱼腥草 白花蛇舌草  
金荞麦 败酱草 射干 山豆根 白头翁 马齿苋 半边莲 山慈姑 漏芦  
白藜 四季青 绿豆 无花果 清热凉血药 生地黄 玄参 牡丹皮 赤芍药 紫  
草 水牛角 清热燥湿药 黄芩 黄连 黄柏 龙胆 秦皮 苦参 白鲜皮 三  
颗针 功劳木 清虚热药 青蒿 白薇 地骨皮 胡黄连 银柴胡 第三章 泻下药 峻  
下逐水药 甘遂 芫花 商陆 牵牛子 巴豆 攻下、润下药 大黄 芒硝 番  
泻叶 芦荟 火麻仁 郁李仁 祛风化湿药 祛风湿热药 秦艽 防己 桑枝 孺荃  
草 臭梧桐 丝瓜络 祛风湿强筋骨药 桑寄生 五加皮 狗脊 祛风寒湿药 独活  
威灵仙 川乌头 海风藤 木瓜 蚕沙 伸筋草 松节 雷公藤 寻骨风 化  
湿药 广藿香 苍术 厚朴 砂仁 草果 草豆蔻 白豆蔻 佩兰 茉莉花  
降龙草 利水渗湿药 理气消食药 温里开窍药 止血药 活血化淤药 化痰止咳平喘药  
安神药 平肝息风药 补虚药 收涩药 其他常用药

## 章节摘录

版权页：插图：为龙胆科植物龙胆、条叶龙胆、三花龙胆或坚龙胆的干燥根及根茎。【药材性状】  
龙胆：根茎多横生，长0.5~3厘米，直径0.3~0.8厘米，有多个茎痕，下面有4~30余条根，常多于20条，根细长圆柱形，略扭曲，直径0.1~0.3厘米。表面灰白色或棕黄色，上部横纹较明显，下部有纵纹及细根痕。断面黄棕色，木部呈黄白色点状，环列。气微，味极苦。 条叶龙胆：根茎多直生，块状或长块状，长0.5~1.5厘米，直径0.4~0.7厘米。下面丛生2~16条根，根长约15厘米，直径0.2~0.4厘米。表面黄棕色或灰棕色，有扭曲的纵纹，上部细密横纹明显，有一些突起的支根痕。 三花龙胆：根茎多直生，长1~5.5厘米，直径0.7~1.5厘米，下面有4~30条根，常多于15条，直径0.1~0.6厘米。表面黄白色。全体横纹均较明显。 坚龙胆：根茎结节状，有1~10个残茎，下面有4~30条根，根细圆柱形，略弯曲，直径0.1~0.4厘米。表面淡棕色或棕褐色。横切面中央有白色木心。

# 《本草纲目养生智慧全书》

## 编辑推荐

《本草纲目养生智慧全书(畅销升级版)》由上海科学普及出版社出版。

## 精彩短评

- 1、人们总是觉得中药对人体的副作用小，所以我对中医药很感兴趣，想了解中药的药性，这本书通俗易懂，简单明了。增加了我不少中药知识。以后可以对自己的一些小病，对症下药了，哈哈。
- 2、但就是自己孤陋寡闻看的不是太懂！
- 3、这本书相当好，买了好多次送亲人。
- 4、质量还好，给朋友买的
- 5、在我们这的超市见到，然后才买的.....很实用的.....又便宜.....
- 6、内容很好，挺实用。但似乎不是正版，与期望不符
- 7、这本书既可以做工具书，又可以做兴趣书。实用、适用。
- 8、看病抓药时当字典用，很不错的。
- 9、很不错的一本实用
- 10、一直来认为中医很深奥，看来这本书，感觉通俗易懂，接近生活需要，赞！
- 11、帮办公室老同志买的，本来只买黄帝内经的，一查这个系列还有这本，同事毫不犹豫也买了这本，直说太值了，十来块钱就能买一本正版书
- 12、了解祖国药材，强身健体，敬仰祖国的医药学的宝藏！
- 13、了解了许多的养生知识
- 14、条目清晰！
- 15、了解中药材的药用价值，学会如何做药膳。

# 《本草纲目养生智慧全书》

## 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)