

《进补万事通》

图书基本信息

书名：《进补万事通》

13位ISBN编号：9787214036476

10位ISBN编号：7214036479

出版时间：2004-1

出版社：江苏人民出版社

作者：郭海英 编

页数：158

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

《进补万事通》

内容概要

《进补万事通》大体分三个部分。首先介绍了进补必须了解的基本知识，诸如什么是进补、进补的好处、进补的时间、进补的原则、药补食补的特点等；接着就进补与四季、体质、年龄的关系作了论述；最后列举了临床比较多见的慢性虚弱性病症的进补方法。《进补万事通》集科学性、知识性、实用性于一体，既适合健康人、亚健康人群保健强身之用，又可供慢性病患者进行自我调理使用，也是医务工作者指导病人科学进补的参考书目。

书籍目录

进补常识
什么是进补
进补的好处
进补的原则
进补的时间
进补三法
药物、食物的性能
辨明药性、食性
了解药味、食味
注意个体差异
气虚体质如何进补
血虚体质如何进补
阴虚体质如何进补
阳虚体质如何进补
脾虚者如何进补
肾虚者如何进补
补品

《进补万事通》

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