

家庭进补丛书

● 主 编 陈德兴

养生药酒 的

Yangsheng Yaojiu De

家庭进补

主 编 陈德兴

JiaTing
inBu

大医知识库
www.dayi100.com

第二军医大学出版社

编 写 人 员

主 编	陈德兴				
副 主 编	张齐民	马福良			
编写人员	马福良	陈少丽	尚 力	王丽秣	
	郭晶磊	张齐民	陈德兴		



内 容 提 要

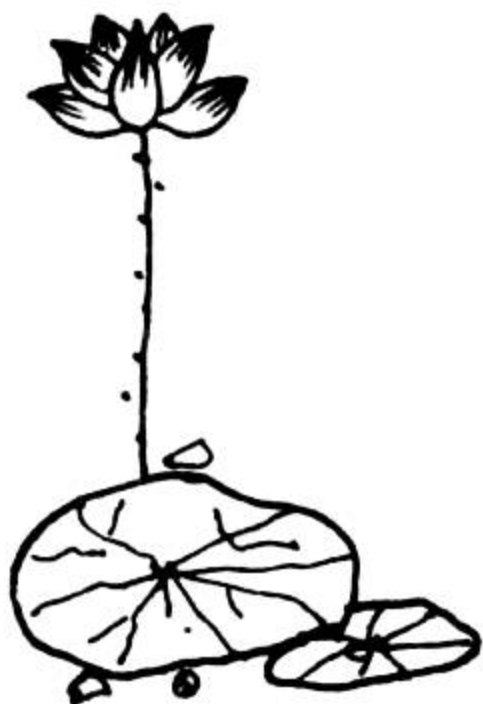
作为食品之一的酒,多饮伤身;少饮活血、促进血液循环,有益健康。我国传统的中医文化强调“药食同源”、“药食同功”,以传统中药、食物酿制的养生药酒多少年来是中国百姓青睐的食疗药膳。本书由上海中医药大学中药系教授、上海食疗协会会长,长期从事中医临床的专家主编。本书介绍了百姓喜闻乐见的几十款适合家庭制作、针对各种不同人群饮用的药酒膳食方。养生疗病两相宜。

本书文字通俗、逸闻生趣、内容科学,充分体现了知识性、实用性和可操作性。适合广大读者阅读。一册在手,超值享受。





序 言



家庭进补的概念,既确切又现实。原因之一:个人的进补,无论是食物养补,药茶调补,药酒疗补,还是单味药进补,膏滋药服补,大多通过家庭实施。原因之二:随着民众生活水平的提高,生活节奏的加快,社会老龄化进程的加剧,通过家庭进补以提高生活品质、改善身体素质、追求延年益寿的人越来越多。

第二军医大学出版社将《中医膏方指南》、《药食两用的家庭进补》、《名贵中药的家庭进补》四书作为家庭进补丛书再次印刷,正是顺应了时代的需求,民众的需要。

膏方,作为中医传统的特殊剂型,因其具有辨证调补、辨体调补、度身定做、口味怡人、药力持久、疗效显著、服用方便等特点而深受欢迎。

追溯膏方历史,可谓源远流长。“膏”与“煎”,古多混称。《神农本草经》在论及药物剂型时即指出:有宜作丸的,有宜作散的,有宜水煎的,有宜酒渍的,有宜“膏煎”

查看完整版

付费下载



【百万古籍库】

<https://www.fozhu920.com/list/>

【易】【医】【道】【武】【文】【奇】【画】【书】

1000000+ 高清古书籍

打包下载





【风水】风水命理资料合集_9500 本

阴宅阳宅、风水堪舆、八字命理、手相面相、符咒卦象、奇门遁甲、紫微斗数.....



【中医】中华传统医学资料大全_15000 本

针灸、推拿、正骨术、汉医、苗医、民间秘方偏方、药洒药方、祖传医术、珍本...



【道术】道家法术\茅山术\符咒术\气术_3000 套

修真秘籍、丹道、道家秘术、胎息功、内丹术、茅山法术、道家符咒、巫术、...



【武术】传统武术与现代搏击术_6200 册

少林、武当、太极拳、形意拳、八极拳、咏春拳、气功、散打、格斗、拳击、...



【集藏】经史子集库_13300 卷

【经史子集】楚辞、汉赋、诗集、词集、宝卷、正史、编年、别史、纪事本末、地理志...



【国画】传世名画 _ 6100 卷

唐、金、辽、宋、元、明、清 800 多位画家近 6000 多幅传世...



【县志】方志\地方县志\乡志\地理志_8100 册

府志、区志、乡志、地理志..... 此合集为全国范围地方县志\府志古籍影印电子版，...



【国学】中华古籍库—32 万册古籍书

32 万册《中华古籍库》 【32 万册影印古籍 + 20 多亿字，带检索器和阅读工具】 包括各地方志、日本内...

【更多】 >> <https://www.fozhu920.com/list/>