

中华药用蔬果疗效便典



作者：蓝森麟主编

出版社：合肥：安徽科学技术出版社

出版日期：2011.06

总页数：480

介绍：本书在祖国医学“药食同源”理论的基础上，寓食于医，将中医养生理论和现代医学知识融合起来，提供常见蔬果保健、防疾、治病之知识和用法。全书共收录200余种蔬菜水果，分别阐述疗效、宜忌、食物搭配等。简明通俗易懂，让读者吃得更健康、更营养、更放心。

说明：登录教客网（<https://www.jiaokey.com/book/detail/12952198.html>）查找全本阅读方式

中华药用蔬果疗效便典 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/12952198.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/12952198.html>

书名：中华药用蔬果疗效便典