

# 《本草纲目》食物药物养生全书



[《本草纲目》食物药物养生全书 下载链接1](#)

著者:蔡向红 著

[《本草纲目》食物药物养生全书 下载链接1](#)

标签

评论

很好很好很好很好很好

-----  
圖片很清晰，內容很明确，很值得。

-----  
很好的一本书，值得推荐

-----  
此用户未填写评价内容

-----  
商品包装完好，质量不错，物流较快，服务态度好。给五星好评。

-----  
挺好的，还没有认真看

-----  
平时多做些养生食材还可以补益身体，给个赞\(\geq\bigtriangledown\leq)/

-----  
书籍很精美，图文并茂

-----  
这本书很好值得购买

-----  
纸张印刷排版都很好，翻译的也不错，推荐初学入门用

-----  
包装完整，很好的购物体验

-----  
不错。但是包装不怎么样

用来了解很多药材，很齐全

书好重哦，感觉里面介绍的内容很清楚，值得好好看

买了好多关于食品烹饪和安全的书籍扩充阅览室 京东购书很方便

很好，很好，内容完整。

我个人买的，就是为了学学，感觉书上写得很到位啊，

书本质量好，内容摘要简单明了。可以好好阅读合理使用！

为大众日常饮食及健康调养提供一些有价值的建议与参考，我们精心编写了这本《<本草纲目>食物药物养生全书》。作为“中国第一药典”，《本草纲目》对后世影响深远，数百年来，医家识药用药，百姓日常食疗养生等无不受益于此。本书主要结合《本草纲目》，精心挑选了近400种居家保健治病必知的食物和药物，每例都详细介绍了其别名、来源、主要产地、功效主治、选购秘诀、食用禁忌、保健应用等14种实用知识。为了便于读者查阅和选择，我们根据药物特性，将所列举的保健药物和食物分门别类，全书共设补益篇、解表篇、清热篇、安神篇、理血篇、祛风湿篇等17个篇章，每种药食都配有饮食方法和精美的图片。

书看了很好里面告诉你怎么养生没买的快买吧

非常好的一本书。内容全面

买了半月才发现后面的部分有缺页，不过京东还是很快的给我更换了一本新的，很开心。以后继续支持京东！也为我的生活带来了很多便利。

不错的书，没事随便翻一翻，能了解不少知识。

买给妈妈养生的，希望能有帮助。

挺好+++++

百科全书，公很有用！

值得一看，对自己的身体负责哦

图片清晰 还不错 纸质好

东西真的很好纸张也好

不错，值得研究的书。

买来看看，不错哦~

比实体店便宜，质量很好！

图文并茂 很容易看。

好好好好好好好好好

好实用，我会拿来看

很实用，老妈很喜欢

够快，挺不错的

好好好好好好好好好

不错，值得拥有

挺好的书，买了好几本

边看边学，象有个老师。

好好好好好好好好好好好好好

妈妈喜欢，好评

-----  
内容通俗易懂，家庭保健图书。

很好满意喜欢多搞促销啊

-----  
就一个字 好

-----  
不错，帮别人买的

-----  
好好好好好好!

-----  
我同事挺喜欢的，说介绍的很仔细。

-----  
老早就想买这本书！看了确实不错！很有实践意义！也能增长知识！书很厚重！质量不错！看起来也不费眼睛！！

-----  
很好呵呵很好呵呵呵呵呵呵呵呵

-----  
家中必备品

-----  
不错蛮好的快递员给力棒棒11！！！！！！

-----  
本草纲目，买本可以查查药性

-----  
挺精致的东西

-----  
好。 。 。 。 。 。

-----  
不错不错不错.....

-----  
这个包装我无法接受，好好的书就这样有了缺陷，还好没下雨，要是下雨书都没用了，书的质量还不错，内容还可以，就是包装我无法给五星！

-----  
好好好好好

-----  
非常适合我

-----  
错别字都不想说了,小学毕业也应该不会犯

-----  
好评好评

-----  
蛮划算的

-----  
质量很好

一般，对没有中医知识的普通百姓不够实用

哈可以

很喜欢

挺好的

不错, .....

不错。

还没看

实用

好好

《本草纲目》食物药物养生全书 [下载链接1](#)

## 书评

《本草纲目》食物药物养生全书\_下载链接1\_