## 本草一味养脾胃



作者:余瀛鳌,陈思燕编著

出版社:北京:中国中医药出版社

出版日期: 2021.08

总页数: 199

介绍:中医所指的脾胃并非脾脏和胃两个单独的器官,而是包括了消化系统、血液系统、免疫系统、泌尿系统、神经系统所属部分器官在内的一套系统,是人体重要的生理系统之一。脾胃可以吸收和运化饮食中的各种营养物质,化生为精、气、血、津液等,以维持人体正常的生理活动,使人肌肉丰满、四肢健壮。所以说,脾胃是人身气血生化之源,又被称为(后天之本)。经常暴饮暴食或节食过度、不按时吃饭,饥一顿饱一顿,会导致脾胃气机失调、积滞不化、吐泻、曖腐吞酸等问题,胃病很快就会找上门。所以,健脾养胃要从每顿饭开始。

说明: 登录教客网 (https://www.jiaokey.com/book/detail/14998263.html) 查找全本阅读方式

本草一味养脾胃 评论地址: https://www.jiaokey.com/book/detail/14998263.html 教客网提供千万本图书阅读地址。

https://www.jiaokey.com/book/detail/14998263.html

书名:本草一味养脾胃