

第3節	方剂組成原則の實際例……113
第4節	方剂の組成に準じた「薬膳」……114
第5節	薬材の煎じ方に関するルール……116
第6節	薬材配合の目的……117
第7節	各論……120
第12章	中医營養学 ……………122
第1節	營養学の概念……122
第2節	中医營養学の基本観点……123
第3節	食物の性能と飲食の作用……125
第13章	中医薬膳学 ……………137
第1節	薬膳学総論……137
第2節	食療中薬……151
第3節	弁証施膳……151

常用保健医療食物一覧表

項目分類	……………168
穀物類之部	……169
豆類之部	……171
野菜類之部	〔葉・莖・苔・花・芽類〕 ……173
	〔瓜・果類〕 ……177
	〔根莖・芋類〕 ……179
山菜・野草類之部	……182
食用菌・藻類之部	……184
果物類之部	〔水果類〕 ……185
	〔干果類〕 ……190
畜肉類之部	……193
禽肉類之部	……196

蛇・蛙類之部	……198
水産品類之部	〔海水魚類〕 ……199
	〔軟体・甲殻類〕 ……201
	〔淡水魚類〕 ……202
	〔貝類・海藻類〕 ……204
乳・卵類之部	……207
調味品・其他之部	……208

中薬効能一覧(適食中薬編)

- | | | | | | |
|-------------|-------|---------|-------|----------|-------|
| 1. 解表薬 | ……216 | 2. 清熱薬 | ……217 | 3. 祛風湿薬 | ……217 |
| 4. 利水滲湿薬 | ……218 | 5. 温裏薬 | ……218 | 6. 理気薬 | ……219 |
| 7. 消食薬 | ……219 | 8. 止血薬 | ……220 | 9. 活血化癥薬 | ……220 |
| 10. 化痰止咳平喘薬 | ……220 | 11. 安神薬 | ……221 | | |
| 12. 平肝熄風薬 | ……221 | 13. 開竅薬 | ……222 | 14. 補虚薬 | ……222 |
| 15. 収澀薬 | ……226 | | | | |