

郭家樑 著

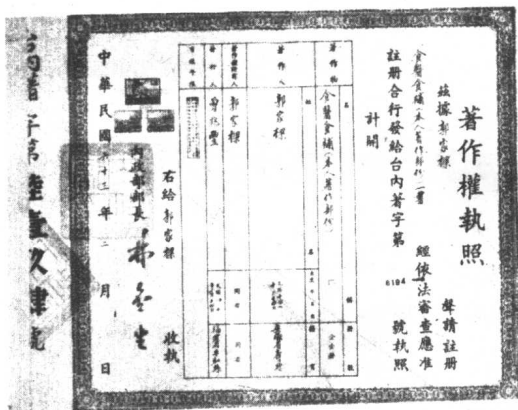
食醫食補

郭家樑 著

食醫食補

衆文圖書股份有限公司

內政部核頒著作權執照第六一九四號
新聞局出版登記證局版台業字第一〇八七號



中華民國六十一年三月初版
中華民國六十一年八月再版
中華民國六十一年十二月三版
中華民國六十四年九月四版
中華民國七十一年五月五版

有著作權・翻印必究

食醫食補

定價一五〇元

著者：郭家樑

通訊處：中華民國高雄市建國二路一五六號

出版：李守一

助編：郭嘯天

校正：施義正

發行：衆文圖書股份有限公司

住址：台北市重慶南路一段九號

電話：三一一九六八三・三七一七三二八

郵撥帳戶：一〇四八八〇號

印刷：三信印刷廠

地址：高雄市河北一路三〇一號

新聞報總編輯康祥先生序

新亞出版社總經理曾永昌先生序

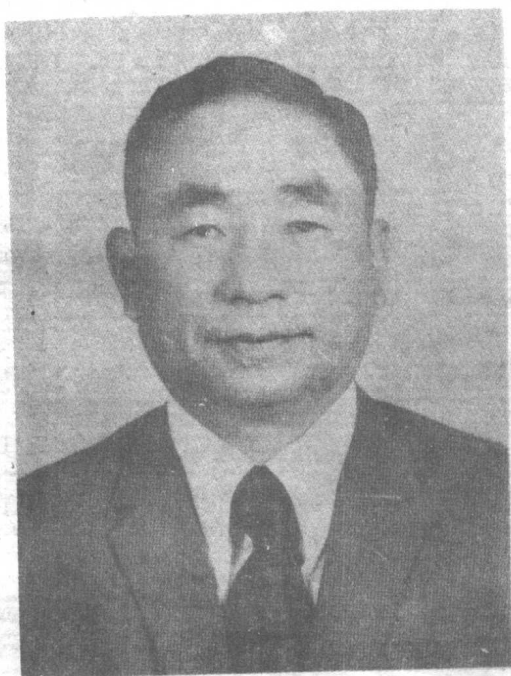
高雄市中醫藥學會理事長王雨青先生序

中國針灸學會研究委員賴金雄中醫師序

自序



照玉公南炳 父先



著者近影

郭家祿先生 大著
食醫食補出版紀念

復興文化 宏揚中醫
造福社會 惠澤群衆

吳天恕

敬題

家聲顯赫

信
來
仁

吳
不
釋

育一女士

服移玉

不候



一切有为法如梦幻泡影

如露亦如电应作如是观

辛亥冬日敬录

佛说金刚经偈语以奉

家樸先生

雅正

李超朴

印

印

郭著食醫食補序

本會顧問郭家樑先生其廣博智識生花妙筆不報章雜誌撰述有間發表中醫藥之文字深受讀者歡迎醫林推重去年其大著食醫漫談出版在短半年內連續三版問世形咸暢銷書籍於此可見其內涵之價值對復興中華文化之輝煌貢獻

郭顧問頃將其年來所發表之文章再度出版食醫食補其內容與型格與食醫漫談相彷彿此書問世諒必有益於造福社會及中華文化之宏揚余故樂而為之序以推介紹

中國鍼灸學會理事長吳忠平

中華民國六十一年 元 月 一 日

國立中國醫藥研究所聘書

台59研研字第 6 號

茲敦聘

郭家樑先生為本所

研究委員會委員

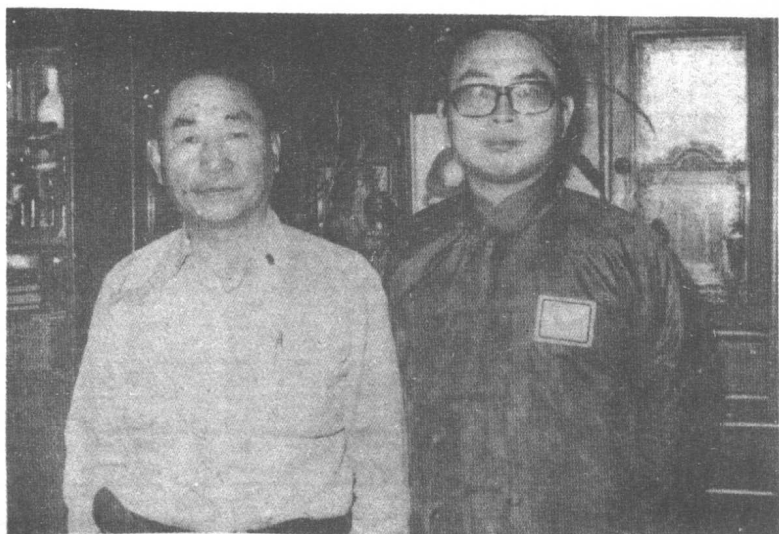
此聘

所長 李欽桑

中華民國 三十九年 十一月 廿六 日



影合儷伉者著



影合天嘯子長偕者著



園校院學醫防國於攝女子者著

郭著「食醫食補」康序

郭家標先生是新聞報的讀者，亦是新聞報「西副」、「北副」、「展副」的作者，我們相交近二十年，彼此一直是有着很好的友誼。

林海球先生是新聞報的老同事，他的學問道德是我一向所敬佩而推重的，他於五十七年五月奉社長侯斌彥先生之命主編「展鍾」副刊，這確是一適合的人選。

「展副」由林先生主編，風格清新，內容充實，深受讀者的推讚；而郭先生之「飲食談」專欄文稿尤受讀者歡迎；可謂珠聯璧合，相得益彰。

飲食談文稿內容涉獵甚廣，上下古今無所不談，自是顯得生動活潑，而免流於枯燥晦澀，而其重點則在談論飲食養生療疾，其對吾人保健至有裨益。

中華歷史悠久，文化燦爛，歷代以來對飲食之道都很重視，故中國菜烹調譽播全球，然世人多注重於飲食的烹調，殊不知飲食依其性味而能保健養生滋養療病，於此可見中華文化的優美。家標兄以其近年來所發表的文稿，再度集結成書出版專集，定名為「食醫食補」，此為其第三部食療著作，諒對復興中華文化與增進人類健康當可提供良好的服務，故余樂而為序。

康祥

於民國六十一年一二三自由日
寫於台灣新聞報社編輯部

郭著「食醫食補」曾序

飲食為吾人日常生活所必需，攸關人體健康至為密切，故我國人自古以來就很重視飲食之道，認為既可養生，又可療疾。一般人總認為飲食是供給維持生命的營養，殊不知飲食尚兼具防病療疾的藥用功能，此誠為中華民族在優美文化高度智慧下所孕育的獨特奇葩。

郭家樑兄博覽群籍，才識卓越，矢志發揚中國傳統醫藥，有感於藥食同源，醫道日趨式微，乃決心振衰起疲，在報刊發表有關食療文章，精闢發揚中國傳統醫藥、復興中華文化於字裡行間，由於飲食與人們日常生活密不可分，復兼保健痊疾之功，至是宏文讀論深受廣大讀者之熱烈歡迎，對恢復民族自尊心與自信心頗有貢獻，直接或間接受其影響而篤信中醫藥者頗多。

郭兄繼於已往食療諸本草，文義枯澀，作為少數人專門學術之研究固是相宜，但不易為廣大讀者所接受，是以家樑兄以其生花妙筆，作深入淺出之撰述，散則成篇，合則成書，包羅廣泛，毫無枯燥晦澀之感，極受讀者之歡迎。

余與家樑兄誼屬至交，其所著「實用中國針灸經穴學」、「食療醫話」、「食醫漫談」等各書，余均應請為之出版，此各書在深受讀者之歡迎愛護下，均告暢銷再版，尤以「食醫漫談」一書，在短短半年內連出三版（初版實際於六十年三月底出版，七月再版，十月三版）於此可見一般，而有些讀者按照書中各方治病，療效卓著，身受其惠者尤多，其實讀價值之高於此可見。

月來，家樑兄復續往春節假期，集輯文稿，編著「食醫食補」一書，其內容與「食醫漫談」相仿，內分第一章前言，第二章食療食補，第三章醫藥論著，第四章醫案選錄等，深信此書出版，必能有益於社會人心，有助於養生保健，而宏揚文化，造福人群，幸讀者勿交臂失之。

曾永昌

中華民國六十一年三月
寓於台北新亞出版社