

<<祛寒治百病>>

图书基本信息

书名：<<祛寒治百病>>

13位ISBN编号：9787504829382

10位ISBN编号：7504829382

出版时间：1999-07

出版时间：农村读物出版社

作者：进藤义晴(日)

页数：132

字数：954000

译者：杨晓鸥

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<祛寒治百病>>

内容概要

本书对祛寒理论做了一些论述，不论是否完善，只要祛除“寒证”就能治愈百病，这一“事实”却是千真万确的。

所以，我希望大家能先试着做一做。

<<祛寒治百病>>

作者简介

进藤义晴，1923年5月出生。

1948年6月毕业于大阪大学附属医院进修1年。

1949年10月，通过国家考试获得医师资格，并进入阪大学医学部耳鼻喉科研究室工作，从此开始了耳鼻喉科医生的生涯。

不久，他即因“希望尽快成为一名称职的临床医生”，停止了为获得医学博士

<<祛寒治百病>>

书籍目录

前言第一篇 人为何会生病 ——寒症是百病之源 第一章 引发疾病的寒症 一、“冷症”并不是“寒症” ——究竟什么是“寒症” 二、“寒症”和过量饮食可导致循环障碍 三、察觉不到的“寒症”最可怕 ——不知不觉积累起来的寒气 四、“寒症”是百病之源 五、疾病的四种症状 第二章 内脏的疾病可蔓延至全身 ——五脏六腑与病症的关系 一、循环障碍的影响无所不在 二、早上没有食欲、夜里失眠的人们 ——你知道生物钟吗？ 三、面色发白不是喜事——肤色是健康的标志 四、不要妨碍毒素的排出——排毒是自然疗法 第三章 保持身心健康 一、心理不健康导致“寒症” 二、身心要同时治疗 第二篇 祛寒健康法 ——从现在开始做起 第四章 正确的沐浴方法 一、胸部以下泡在水中 二、中浴 第五章 穿着——“头寒足热” 一、祛除寒气——穿衣的3个原则 二、穿袜疗法 三、祛寒的穿衣方法 四、睡眠中祛 第六章 吃饭“八分饱” 一、过量饮食导致寒证 二、应选择祛寒食物 第七章 家居要暖和 一、调和浴室空气 二、防止湿气 三、汽车内的冷暖空调 第八章 运动、呼吸、性格 一、运动 二、呼吸 三、开朗的性格 译后语 作者简介

<<祛寒治百病>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>