

<<中老年性保健养生术>>

图书基本信息

书名：<<中老年性保健养生术>>

13位ISBN编号：9787538009903

10位ISBN编号：7538009906

出版时间：2003-1

出版时间：内蒙古科学技术出版社

作者：刘相伟

页数：253

字数：200000

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>

<<中老年性保健养生术>>

内容概要

《中老年性保健养生术》一书，共分十三章，着重介绍了人体生殖系统生理与解剖，中老年性生活注意事项，性保健饮食与常用中草药，古代宫廷秘方与养生术，功能锻炼法，性功能障碍和泌尿生殖系感染的临床表现及其西药、中药、针灸、按摩、熏洗、涂搽、热慰、薄贴、药带、敷脐、热烘、穴位注射等针对性疗法。

本书内容丰富、文字浅显易学易施、实用性强，适合于专业医务人员和广大中老年朋友阅读。

<<中老年性保健养生术>>

作者简介

刘相伟，一九五三年出生，毕业于白求恩医科大学，长春中医学院，现任辽宁中巨人体科学研究院院长。

从事人体科学保健康复方面的研究工作近三十年。

先后发表学术论文近30多篇，均获得较高的评价，在国内外享有一定声誉。

近十年来在老年病有延年益寿保健康复的研究方面有得特的

<<中老年性保健养生术>>

书籍目录

第一章 中老年性保健知识 男性生殖系统的解剖及生理关系 女性生殖系统的解剖及生理关系 保持身心健康对性生活的重要性 性生活与年龄有哪些关系 中老年人性生活次数以多少次为宜 中老年人的性交时间多长为宜 性生活前应该注意哪些事项 性生活中应该注意哪些事项 性生活后应该注意哪些事项 当发现自己情功能障碍时怎么办 性生活对中老年人的身心健康有哪些影响 阴茎的大小、粗细、软硬 在性生活中有何影响 如何认识壮阳药物及保健品的作用 哪些疾病对性功能有影响 哪些药物对中老年人性功能有影响 吸烟、喝酒、饮茶对性功能有何影响 性爱对中老年人的晚年生活尤为重要 男人是否也有更年期 为什么中老年人易发生阳痿 生命在于保养而非只在于运动第二章 食品类在保健治疗中的作用 一豆类 黄豆 黑豆 蚕豆 红小豆 刀豆 绿豆 豌豆 二米谷类 大米 小米 高粱米 玉米 面粉 糯米 荞麦 薏米 芝麻、黑芝麻 三糖类 白糖 红糖 饴糖 蜂蜜 冰糖第三章 家庭种植花木类在保健治疗中的作用第四章 性保健治疗中常用的中草药类第五章 药酒类第六章 茶及药茶类第七章 药浴类第八章 古代宫廷秘方第九章 中药性保健疗法验方类第十章 强身健体功能锻炼法第十一章 性功能障碍的临床表现及其治疗第十二章 泌尿生殖系感染的临床表现及其治疗第十三章 性病的预防附录 中医药概述

<<中老年性保健养生术>>

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>