

<<彩图版补气安神100种养生本草>>

图书基本信息

书名：<<彩图版补气安神100种养生本草>>

13位ISBN编号：9787538627985

10位ISBN编号：7538627987

出版时间：2009-1

出版时间：吉林美术出版社

作者：道仁 编

页数：223

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>

## <<彩图版补气安神100种养生本草>>

### 内容概要

我国素有“食药同源”之理念。

食物的性能与药物的性能一致，包括“气”、“味”、“升降浮沉”、“归经”、“补泻”等内容，并在阴阳、五行、脏腑、经络、病因、病机、治则、治法等中医理论指导下应用于实际生活之中。这对我们当代人在日常生活保健中运用百草养生有着科学的指导意义。

本书旨在让普通百姓日常生活中认识百草，了解百草，从而科学利用百草养生，通过运用中医百草养生的方式来调养自身，使肌体阴阳平衡，五脏调和，气血畅通，从而达到身体健康，延年益寿。

<<彩图版补气安神100种养生本草>>

书籍目录

安神药 重镇安神药 朱砂 磁石 龙骨 琥珀 养心安神药 酸枣仁 合欢皮 首  
乌藤 柏子仁 远志 灵芝 缬草平肝息风药 平抑肝阳药 石决明 赭石 紫贝齿  
珍珠母 牡蛎 罗布麻 蒺藜 稽豆衣 萝芙木 息风止痉药 珍珠 僵蚕  
羚羊角 山羊角 牛黄 玳瑁 地龙 天麻 钩藤 全蝎补虚药 补气药 人参  
党参 西洋参 太子参 黄芪 白术 山药 白扁豆 甘草 刺五加 绞股蓝  
红景天 沙棘 大枣 蜂蜜 饴糖 补阳药 泪羊藿 鹿马 海马 海狗肾  
紫河车 补骨脂 仙茅 巴戟天 核桃仁 冬虫夏草 益智仁 蛤蚧 菟丝子  
沙苑子 锁阳 胡卢巴 肉苁蓉 蛤蟆油 韭菜子 杜仲 羊红膻 .....收涩  
药涌吐药攻毒杀虫止痒药拔毒化腐生肌药

## <<彩图版补气安神100种养生本草>>

### 章节摘录

**安神药** 【概念】在中医药理论中凡以镇静安神为主要作用，用治心神不安、失眠、惊痫、狂妄等症的药物，统称安神药。

【功效】本类药物主入心经与肝经。

《内经》曰：“心藏神”、“肝藏魂”，人体的意识、精神、思维活动，与心、肝二脏的功能状态有着密切的关系。

心神受扰或心神失养，都会导致神识的异常。

本章药物有镇惊安神或养心安神的效用，因此能安定神志，使人的精神、意识、思维活动恢复正常。

【药理作用】在中医药科学研究表明，安神药主要具有镇静、催眠、抗惊厥，抑制中枢神经系统等作用。

某些药物还有强心、祛痰止咳、改善冠状动脉血循环、抑菌、提高机体免疫功能、防腐等作用。

【适用范围】安神药主要用于治疗心火亢盛、惊则气乱、痰热扰心或心脾两虚、肝郁化火、阴血不足、心肾不交等原因所引起的心悸怔忡、心神不宁、癫狂、失眠多梦及惊风等病证。

某些安神药还兼有平肝、解毒、敛汗、祛痰、润肠等作用，还可用治疗肝阳眩晕、热毒疮肿、自汗盗汗、痰多咳喘、肠燥便秘等证。

.....

<<彩图版补气安神100种养生本草>>

编辑推荐

养心安神·补肾抗癌·补气补血，平肝息风·心悸降压·涩肠止泻，中药奇方，药膳养生。怎样在日常生活中使用百草养生，传承中医养生在当代家庭健康保健上的使用，《人体养生百草》特聘中医药学专家编撰。

本书以写实摄影图片，表现当代人对养生百草的形态，本草的正名、采集加工、性味归经、功能主治、及包括药方的使用、炮制技术，都加以详细论述。

它的特点辑入本草药方及中医药膳养生食疗等实用内容，以清新自然，栩栩如生，客观、生动、准确地表现了百草的形态特征和养生的功能理论。

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>