

<<中医老年保健>>

图书基本信息

书名：<<中医老年保健>>

13位ISBN编号：9787561522912

10位ISBN编号：7561522916

出版时间：2004-11

出版时间：厦门大学出版社

作者：曾进德编

页数：372

字数：300000

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>

## &lt;&lt;中医老年保健&gt;&gt;

## 内容概要

我校创办以来,开设老年中医保健课已达14年之久,先后聘请了近30名中高级职称的中医师授课,深受广大学员欢迎,受益非浅。

通过这么长时间的教与学,积累了许多教学经验,增长了老年中医保健的新知识。

为了进一步规范老年中医保健的教与学,增进老年人的健康幸福,我们组织任教的中医师编撰一本较为实用性教材,供老年大学授课和作为老年保健的参考书籍。

目前,老年保健的文章、书籍、教材已在蓬勃发展,百花齐放、百家争鸣,我们也在这方面尽点微薄之力。

根据我们地区的风土人情、习俗、气候、生活、经济等情况作为撰写的背景。

这本书的主题词是老年中医保健,所以我们在掌握内容表达方面,尽量做到以传统的中医理论为基础,又符合现代中医保健科学依据,内容深入浅出,通俗易懂,使学员容易接受,从而达到预期目的。

我国传统中医学在长期预防、治疗老年人疾病,为保护老年人的健康,提高生命质量,益寿延年积累了丰富的经验。

从《内经》到历代医家的养生学观点给我们奠定了老年中医保健的理论基础。

我们举荐的养生方法,各种老人疾病的认识、预防、调理、康复等方法,能使老年人对老年疾病发生规律、转归、预后有一定的认识,这样才能做到无病早预防,有病早发现、早治疗,养生有道,养病得法,尽早康复。

编写中我们注重老年人应因人而异,生活起居,活动调理等并非人人适应。

疾病的发生、发展和转归,各种虚证的表现和对长寿的影响,每位老年人都不同,所以说养生和养病应尊重专业医师的意见,而不能单靠“广告宣传”、“道听途说”或靠什么“仙丹妙药”来防病治病。

老年人的健康长寿,精神因素占重要位置。

老年人本身的精神支柱的稳定,涉及周围的亲属子女以及社会对他们的关爱,所以作为青年人也应该学习老年保健知识,这也体现了青年人对老年人的关爱和照顾。

<<中医老年保健>>

书籍目录

总论 第一章 人类寿命和衰老变化 第二章 中医对老年保健的认识 第三章 老年人“虚弱”和“淤阻”的生理病理特点 第四章 老年人的调养 第五章 运动与健康 第六章 太极拳与八段锦 第七章 老年人应谨慎用药 各论上篇 第一章 呼吸系统 第二章 消化系统 第三章 内分泌及代谢系统 第四章 循环系统 第五章 神经、精神系统 第六章 泌尿、生殖系统 第七章 老年骨关节系统 第八章 妇科下篇 第一章 老年病康复护理 第二章 老年病非药物治疗 第三章 心血管病人的日常生活问题 第四章 中药汤剂煎服方法 第五章 饮茶与养生 第六章 养生医古文选择 第七章 老年人常用补益剂参考书目

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>