

<<寿养丛书全集>>

图书基本信息

书名：<<寿养丛书全集>>

13位ISBN编号：9787800896231

10位ISBN编号：7800896234

出版时间：1997-12

出版时间：中国中医药出版社

作者：胡文焕

页数：928

字数：1400000

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>

<<寿养丛书全集>>

内容概要

本书为我国古代养生保健及气功导引的丛书。

共34种，计68卷。

内容述及养生保健、延年益寿的饮食、起居、调摄和情志的修养及禁忌；气功及养生学中的呼吸导引功法、常用的食疗药物等，亦述及有关养生的基本理论以及关于宇宙万物、五运六气与人的生理、病理变化关系等，故本书既有理论指导意义，也有身心保养与锻炼的具体方法，特别对中老年人的延年益寿、祛病防病、修身明性及妇女的驻颜美容有独到之处。

本书适用于医务工作者及对养生保健有兴趣的读者阅读。

<<寿养丛书全集>>

书籍目录

1.食物本草2.食鉴本草3.养生食忌4.药性赋5.山居四要6.养生月览7.养生类纂8.类修要诀9.摄生集览10.三元参赞延寿书11.养生导引法12.保生心鉴13.修真秘要14.厚生训纂15.寿亲养老书16.摄生要义17.锦身机要(附指源篇)18.香奁润色19.心印绀珠经20.医学便览21.医学要数22.医学权舆23.医学碎金24.怪证奇方25.应急良方26.海上仙方27.褚氏遗书28.脉诀29.轩辕黄帝治病秘法30.灵枢心得31.素问心得32.幼幼集33.太素心要34.太素脉诀秘书食物本草卷上 水类 谷类 菜类 果类食物本草卷下 禽类 兽类 鱼类 味类

<<寿养丛书全集>>

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>