

<<安徽省中医养生保健手册>>

图书基本信息

书名：<<安徽省中医养生保健手册>>

13位ISBN编号：9787802317932

10位ISBN编号：7802317932

出版时间：2010-9

出版时间：中国中医药出版社

作者：国家中医药管理局，安徽省人民政府 编

页数：146

字数：99000

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>

## <<安徽省中医养生保健手册>>

### 内容概要

本丛书各分册开篇首先介绍该省（自治区、直辖市）的中医药文化概况及发展现状；上篇从体质养生、四季养生、精神养生、饮食养生、运动养生、起居养生六个方面入手，介绍中医养生理念和常见保健方法，主要由著名中医学专家王琦教授编写，力求全面准确地展现中医养生思想的精髓和魅力；下篇为家庭常备中成药、常见病的简易疗法及中医治病小常识，并附该省（自治区、直辖市）名医及重点专科，主要由各省（自治区、直辖市）人民政府及卫生、中医药行政管理部门组织人员编写，力求突出本地特色，使介绍的知识和方法符合当地实际，贴近百姓生活，切实可行，行之有效。

## <<安徽省中医养生保健手册>>

### 书籍目录

#### 上篇

中医学是人类医学的伟大宝库

因人制宜 体质养生

顺应自然 季节养生

调节情志 精神养生

谨和五味 饮食养生

动静结合 运动养生

作息有常 起居养生

#### 下篇

家庭常备中成药

常见病的简易疗法

中医治病小常识

#### 附录

安徽省名中医

安徽省中医医疗机构及特色专科简介

<<安徽省中医养生保健手册>>

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>