

# 《天津市中医养生保健手册》

## 图书基本信息

书名：《天津市中医养生保健手册》

13位ISBN编号：9787802319134

10位ISBN编号：7802319137

出版时间：2010-4

出版社：中国中医药出版社

页数：121

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《天津市中医养生保健手册》

## 内容概要

《天津市中医养生保健手册》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。

# 《天津市中医养生保健手册》

## 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 天津市名中医 天津市中医医疗机构及特色专科

# 《天津市中医养生保健手册》

## 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：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)