

《中医养生:漫话中医养生》

图书基本信息

书名：《中医养生:漫话中医养生》

13位ISBN编号：9787504667919

出版时间：2015-8

作者：许建阳,郝晋东,文娜

页数：188

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

《中医养生:漫话中医养生》

内容概要

健康长寿是人类的美好愿望，养生保健是这一愿望的*佳方法，而直接借鉴中华民族五千年文化遗产中的养生理论，并始终贯彻到我们日常生活之中是保证高质量生活的有效途径。许建阳、郝晋东、文娜主编的《中医养生：漫话中医养生》为了适应广大读者需要，从多方面角度收集了中医古籍有关养生经验的论述，用浅显易懂的语言讲解了目前已经被社会人士接受并使用的各种热门养生方法，相信在你看到此书后，一定会找到适合自己的养生术，坚持施行必将终身获益。

《中医养生:漫话中医养生》

作者简介

许建阳，主任医师，生于1962年11月。毕业于成都中医药大学（博士），南京中医药大学博士后流动站（博士后）。现担任武警总医院中西医结合科、康复理疗科及心理科主任，主任医师、教授、医学博士后，博士生导师。兼任中国红十字基金北京曜阳国际老年公寓中西医康复医疗中心主任。担任国家自然科学基金中医评审专家；中华针灸学会理事；中华中医药学会方剂分会委员；中西医结合时间生物学专业学术委员会委员等。

郝晋东，副主任医师，武警总医院中西医康复理疗科副主任医师，医学博士，副教授，国家二级心理咨询师，毕业于北京中医药大学，从事心脑血管疾病临床、针灸及中医教育工作近三十年，曾师从著名针灸学家郑魁山教授，擅长治疗心脑血管疾病、中枢神经退行性病变、痴呆、帕金森等各种疑难疾病。

文娜，副主任医师，医学硕士，从事中医针灸临床及科研工作近20年，擅长治疗心脑血管疾病，对针灸减肥、颈肩腰腿痛及更年期综合征等临床治疗效果显著，并且在食疗养生方面有独到的建树。

书籍目录

中医传统养生理论

养生基础知识

中医养生理论的起源与发展

中医理论是怎样解释人体衰老机制的呢

中医怎样认识人的衰老过程

中医养生理论叙述衰老的本质是什么

中医怎样认识衰老是生命的必然转归

中医学的养生健康长寿理念

中医阴阳学说是如何阐述人体衰老的

中医认为衰老是整体功能的衰退

中医认为人体衰老的主要原因有哪些

怎样运用中医理论判断人的衰老

怎样运用中医辨证施治理论指导养生

为什么说养生不慎可致早衰

《中医养生:漫话中医养生》

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