

《办公族强身疗法》

图书基本信息

书名：《办公族强身疗法》

13位ISBN编号：9787806813607

10位ISBN编号：7806813608

出版时间：2004-1

出版社：上海社会科学院出版社

作者：奚潘良

页数：201

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

《办公族强身疗法》

内容概要

如何确保人类的健康？怎样延长人类的寿命？中华武功体疗学已经积累了丰富的经验，并且在长期的实践中，逐渐形成了独具匠心的理论体系。特别是武功体疗中的养生保健、延年益寿日益受到人们普遍重视，其神奇疗效，往往使海内外人士、学者、医务人员为之惊叹、赞扬和神往，是人类文化宝库中的一颗灿烂奇珠。

面对社会发展的需要，中华武功体疗学科的领头羊奚潘良研究员，综合古今中外亚健康症状的走向，概以科学的分析与验证。《办公族强身疗法》一书以图释文，可以自我操作和应用可行，起到无师指点，亦能自学仿效的作用。

《办公族强身疗法》

作者简介

奚潘良，特级武功体疗师，国家级社会体育指导员，历任上海扬子江武功体疗院院长及多家高等院校客座教授。受聘为东洋医学研究所、日本武道馆等顾问和研究员。师从著名爱国武医专家王子平、海灯法师等老前辈。多次评为上海市优秀工作者和全国体育先进个人，获突出贡献奖等荣誉称号。著书立说有《挑战亚健康》等24部。

书籍目录

序言

第一篇 识别亚健康信号

第一章 关爱生命 健康胜金

第一节 头晕

第二节 心慌

第三节 头痛

第四节 气喘

第五节 痰中含血

第六节 胸痛

第七节 腹痛

第八节 疲倦

第九节 浮肿

第十节 掌心周围发红

第十一节 手脚麻木

第十二节 高血脂症

第十三

《办公族强身疗法》

编辑推荐

随着健康社会学的兴起，尤其是帕森斯的贡献，健康的医学定义开始被赋予社会文化的内容。帕森斯认为，健康的定义应当以个人参与复杂社会体系的本质为基础：健康可以解释为已社会化的个人完成角色和任务的能力处于最适当状态。但是，帕森斯的这个解释也有局限性，因为个人参与社会体系的本质，并不是健康定义惟一的标准。随着社会的发展，医学家和人文社会科学对人的概念给予了越来越全面涵义。

《办公族强身疗法》

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