

《简易养肾之道》

图书基本信息

书名：《简易养肾之道》

13位ISBN编号：9787806416563

10位ISBN编号：7806416560

出版时间：2003-5-1

出版社：中原农民出版社

作者：道生

页数：127

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

《简易养肾之道》

内容概要

“健康就是财富”，养生之道重在平时。本书针对不同体质对症下药，从中药、食疗、针灸、脚底按摩到生活作息全方位介绍，让您以经济实惠又省时的方式，调养出最佳健康状况。

本书所介绍的肾系疾病，是泛指实质肾脏及肾经所循行的部位和其所联系的脏腑所出现的症候，并非只限于西医的肾炎、尿毒症、肾病综合症等疾病。不管什么样的肾系疾病，只要根据书中所介绍的症型，针对性地选用食疗、药方、针灸、脚底按摩，就会取得满意效果。所以，何惊慌之有呢？

本书将肾系疾病的症型分为十一种，计有肾气不固、肾不纳气、肾阳不振、肾虚水泛、肾阴亏虚、肾阴虚火旺、肾脾阳虚、肾阴虚肝阳亢、肾气不化、肾不济心，肾膀胱湿热。

《简易养肾之道》

书籍目录

- 第一章 肾气不固型
- 第二章 肾不纳气型
- 第三章 肾阳不振型
- 第四章 肾虚水泛型
- 第五章 肾阴亏虚型
- 第六章 肾阴虚火旺型
- 第七章 肾阴虚肝阳亢型
- 第八章 肾脾阳虚型
- 第九章 肾气不化型
- 第十章 肾不济心型
- 第十一章 肾膀胱湿热型

《简易养肾之道》

精彩短评

- 1、挺好的，感觉很是受用。想不到现在还有这样的中医大师。
- 2、男人啊，多关心一下肾脏吧，多克制欲望，耗精损人，无欲而刚。
- 3、本书通俗易懂，看完后基本清楚自己是什么毛病了。正如我自己的推断一样，我前段时间因为看书过多，用脑过度，引起肾阴虚，水不涵木，造成肝阳上亢。现在是头晕耳鸣，腰膝酸软。刚刚去看了中医，医生问我最近是不是因为什么事上火了，我说没有。但我心里知道自己是被累坏的。今天看了本书，感觉象遇到了知音。因为在这之前我跟谁说，我是由于看书过多累病的，谁都不信。大家都一致的论调，看小说怎么能累病呢！！？既然了解自己的体质，以后就得适度地调节自己，做什么都得有度。

《简易养肾之道》

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