

<<御医养生养颜秘法>>

图书基本信息

书名：<<御医养生养颜秘法>>

13位ISBN编号：9787500846321

10位ISBN编号：7500846320

出版时间：2010-1

出版时间：工人出版社

作者：刘小源，王新民，陈勇 编著

页数：257

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>

<<御医养生养颜秘法>>

前言

## <<御医养生养颜秘法>>

### 内容概要

中医养生的方法与要旨，宫廷养生、驻颜特点，宫廷食疗养生养颜方剂，宫廷食疗养生养颜方剂，宫廷御医、医著养生驻颜方略，历代帝后养生驻颜秘录。

## <<御医养生养颜秘法>>

### 作者简介

刘小源，传统中医文化学者，多年来致力于挖掘整理中医外治疗法及中医食疗养生美容法。撰有《砭石疗法与养生美容》、《御医养生美容秘法》、《能治病的石头——图解砭石养生美容》、《中医养生常识1000问》等中医专著。

## <<御医养生养颜秘法>>

### 书籍目录

第一章 解码中医养生美容 一 中医养生的方法与要旨 二 中医美容 三 中医养生美容的理论基础  
四 宫廷养生、美容的特点第二章 宫廷食疗养生美容方剂 一 [药食同源]与宫廷食疗 二 养生类食疗方 三 美容类食疗方第三章 宫廷御医、医著与养生美容 一 中医药鼻祖：炎帝与黄帝 二 发明煲汤养生的宰相御医：伊尹 三 缙紫救父与肥胖症的危害 四 华佗对养生的贡献 五 张仲景《金匱要略》论养生 六 《褚氏遗书》论房事养生 七 山中宰相陶弘景的《养生延命录》 八 巢元方推崇导引养生 九 百岁御医孙思邈的养生秘诀 十 第一部宫廷药典《唐本草》 十一 第一部宫廷秘籍《外台秘要》 十二 第一部食疗专著《食疗本草》 十三 《太平圣惠方》中的养生美容 十四 《圣济总录》中的养生美容 十五 集宫廷秘方之大成的《御药院方》 十六 宫廷食疗养生美容专著《饮膳正要》 十七 李时珍的《本草纲目》中的养生美容 十八 《奇效良方》提倡的“能调则生，失和则死” 十九 医林状元龚延贤的《鲁府禁方》《寿世保元》 二十 宫廷写本《食物本草》之谜 二十一 “京中第一医官”刘裕铎 二十二 徐大椿的《诸病源流论》 二十三 清太医院院方三种第四章 历代帝后养生美容秘录附录

<<御医养生养颜秘法>>

章节摘录

## <<御医养生养颜秘法>>

### 媒体关注与评论

善养性者，则治未病之病、安身之本必资于食。

——孙思邈（唐）医道之大矣，可以养生，可以全身，可以尽年，可以利天下与来世。

——许叔微（宋）养生之道，尤以饮食为要义，朕自御极以来，凡所供饌肴皆寻常品味。朕每日进膳两次，此外不食别物，烟酒及槟榔等物皆属无用。

——康熙帝（清）

## <<御医养生养颜秘法>>

### 编辑推荐

《御医养生养颜秘法》由全国名老中医沈绍功教授作序并养生推介。民间据说的“宫廷秘方”一概不收，30余位宫廷御医养生养颜秘术，40余本宫廷医著养生养颜秘籍，50余位帝后养生养颜秘法，100余种亦食亦药食品的秘制养生养颜功效，200余首历代宫廷补益养颜秘方。

<<御医养生养颜秘法>>

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:<http://www.tushu007.com>