

<<亚健康与中医养生方药>>

图书基本信息

书名：<<亚健康与中医养生方药>>

13位ISBN编号：9787509105214

10位ISBN编号：7509105218

出版时间：2006-11

出版时间：人民军医出版社

作者：吴深涛

页数：300

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>

## <<亚健康与中医养生方药>>

### 内容概要

本书以亚健康状态作为研究主题，客观而详实地阐述了中医药特别是中医养生方药调节亚健康状态的优势。

书中结合目前学术界对亚健康状态的认识，探讨了亚健康状态的科学概念、范畴，详述了其成因、临床表现和产生机制及其对个人及社会的影响，重点论述了中医学对亚健康状态的认识，从中医学理论的角度详述了其发生机制，强调了中医学所特有的整体思维—平衡观念—辨证用药体系和体质理论于调节亚健康状态所具有的独特长处。

将古今相关的养生方药中的药茶、药酒、药粥以及养生中成方药简化整理、分类归纳，并赋予其新的内涵而更加便于应用。

同时通过作者结合临床实践经验，总结出辨证分型、治则、方药，为后续的研究提供了素材。

书中内容由浅入深，突出趣味性和可读性，既能让普通读者接受科普教育，亦可为专业人士所参阅。

## <<亚健康与中医养生方药>>

### 作者简介

吴深涛，1959年生，朝鲜族。

医学博士，主任医师，教授，博士生导师。

毕业于黑龙江中医学院（现黑龙江中医药大学）。

现任天津中医药大学第一附属医院内分泌代谢病中心主任，中华中医药学会糖尿病专业委员常委，世界中医联合会糖尿病专业委员会常务理事，天津市中医药学会糖尿病专业委员会主任委员，天津市中西医结合学会肾脏病专业委员会委员。

一直从事中医药治疗内分泌代谢疾病和亚健康状态的临床研究，发表论文论著近70篇，主持和参与多项科研并获奖。

## &lt;&lt;亚健康与中医养生方药&gt;&gt;

## 书籍目录

第1章 亚健康状态 第一节 概述 第二节 亚健康状态的常见临床表现 第三节 心理性与社交性亚健康 第四节 性亚健康状态 第五节 亚健康状态与衰老的关系 第六节 亚健康状态与“过劳死” 第2章 亚健康状态的诊断与鉴别诊断 第一节 亚健康状态的诊断 第二节 亚健康状态的鉴别诊断 第三节 糖耐量低减(IGT) 第四节 慢性疲劳综合征 第3章 亚健康状态的成因及相应对策 第一节 亚健康状态的主要成因 第二节 亚健康状态易患人群 第三节 亚健康状态的应对 第4章 亚健康状态之中医学认识与调治 第一节 亚健康状态与中医学 第二节 中医调治亚健康状态的优势 第三节 应发展、扩充中医学对亚健康状态的诊疗体系 第四节 中医药学应为21世纪解决亚健康状态作出巨大贡献 第5章 中医之脏腑经络与亚健康状态的病理机制 第一节 心在亚健康状态发生中重要而独特的作用 第二节 脾在亚健康状态发生中的作用 第三节 肾在亚健康状态发生中的地位 第四节 肝在亚健康状态发生中的作用 第五节 奇经八脉在亚健康状态发生中的作用 第六节 中医元气与亚健康状态 第七节 中医学的虚劳与亚健康状态 第八节 脾脏与糖耐量低减(IGT) 第6章 中医体质学与亚健康状态 第一节 中医学对体质的认识 第二节 体质病理学与体质的趋向性 第三节 中医体质的分型 第四节 韩国四象医学的启示 第五节 随质分型调节,未失先衡 第7章 中医养生学与亚健康状态 第一节 中医养生学——中医保健之瑰宝 第二节 调节亚健康状态的重要手段——养生方药的应用 第8章 简便易行的保健方法——药茶 第一节 气血不足,体虚乏力类(心脾两虚)类药茶方 第二节 神郁心烦寐欠安类(肝气郁结、心血虚滞)类药茶方 第三节 阴精不足,腰腿酸弱(肝肾阴虚)类药茶方 第四节 阳虚畏寒肢体酸痛(脾肾阳虚)类药茶方 第五节 性功能低下(肝郁肾虚)类药茶方 第9章 男性喜好之补品——药酒 第一节 气血不足,体虚乏力(心脾两虚)类药酒方 第二节 神郁心烦寐欠安(肝气郁结、心血虚滞)类药酒方 第三节 阴精不足,腰腿酸弱(肝肾阴虚)类药酒方 第四节 阳虚畏寒肢体酸痛(脾肾阳虚)类药酒方 第五节 性功能低下(肝郁肾虚)类药酒方 第10章 平和方便的食调之品——药粥 第一节 气血不足,体虚乏力(心脾两虚)类药粥方 第二节 神郁心烦寐欠安(肝气郁结、心血虚滞)类药粥方 第三节 阴精不足,腰腿酸弱(肝肾阴虚)类药粥方 第四节 阳虚肢体酸痛(脾肾阳虚)类药粥方 第五节 性功能低下(肝郁肾虚)类药粥方 第11章 中医养生方药的应用 第一节 气血不足,体虚乏力(心脾两虚)类方 第二节 神郁心烦寐欠安(肝气郁结、心血虚滞)类方 第三节 阴精不足,腰腿酸弱(肝肾阴虚)类方 第四节 阳虚畏寒肢体酸痛(脾肾阳虚)类方 第五节 性功能低下(肝郁肾虚)类方 第12章 中医药的辨证调节 第一节 养生方药与辨证调节及其相关的研究 第二节 亚健康状态的辨证调节 第三节 临床验案十二例 第四节 中药调节亚健康状态的体会 第五节 关于中草药的毒性的认识 第13章 中医养生学史略 第一节 养生学的主要历史阶段 第二节 中医学治疗虚证的专著——《理虚元鉴》主要参考文献后记

<<亚健康与中医养生方药>>

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>