

<<亚健康音乐调理基础>>

图书基本信息

书名：<<亚健康音乐调理基础>>

13位ISBN编号：9787513204569

10位ISBN编号：751320456X

出版时间：2011-5

出版时间：中国中医药出版社

作者：魏育林 等主编

页数：207

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>

<<亚健康音乐调理基础>>

内容概要

亚健康状态是一种人体生命活力和功能的异常状态，不仅表现在生理功能或代谢功能的异常，也包含了心理状态的不适应和社会适应能力的异常，其最大的特点就是尚无确切的病变客观指征，但却有明显的临床症状。

这种处于健康和疾病之间的状态，自20世纪80年代被前苏联学者称为“第三状态”这个新概念以来，得到国内越来越多学者的认同与重视，并将其称之为“亚健康状态”。

亚健康主要表现在三个方面，即身体亚健康、心理亚健康和社会适应能力亚健康。

亚健康是一个新概念，“亚健康”不等于“未病”，是随着医学模式与健康概念的转变而产生的，而“未病”的概念是与“已病”的概念相对而言，即非已具有明显症状或体征的疾病，亦非无病，而是指机体的阴阳气血、脏腑功能失调所导致的疾病前态或征兆。

因此未病学主要讨论的是疾病的潜伏期、前驱期及疾病的转变或转归期等的机体变化，其宗旨可概括为“未病先防，既病防变”，从这一点上看可以说中医“未病”的内涵应当是包括了亚健康状态在内的所有机体阴阳失调但尚未至病的状态。

总体上讲，亚健康学是运用中医学及现代医学与其他学科的理论知识与技能研究亚健康领域的理论知识、人群状态表现、保健预防及干预技术的一门以自然科学属性为主，涉及心理学、社会学、哲学、人文科学等多个领域的综合学科。

随着社会的发展和科学技术的进步，人们完全突破了原来的思维模式。

医学模式也发生了转变，从原来的纯“生物医学模式”转变为“社会—心理—生物医学模式”。

使得西医学从传统的“治疗型模式”转变为“预防、保健、群体和主动参与模式”；另外，世界卫生组织对健康提出了全面而明确的定义：“健康不仅是没有疾病和虚弱，而且是身体上、心理上和社会适应能力上三方面的完美状态。

”这种对健康理念的评价不仅基于医学和生物学的范畴，而且扩大到心理和社会学的领域。

由此可见，一个人只有在身体和心理上保持健康的状态，并具有良好的社会适应能力，才算得上是真正的健康。

随着人们的观念进一步更新，“亚健康”这个名词已经越来越流行，你有时感觉心慌、气短、浑身乏力，但心电图却显示正常；不时头痛、头晕，可血压和脑电图没有什么问题，这时你很可能已经处于“亚健康”状态。

<<亚健康音乐调理基础>>

书籍目录

- 第一章 亚健康学基础知识
 - 第一节 “亚健康状态”的提出
 - 第二节 亚健康的概念
 - 第三节 亚健康状态的分类
- 第二章 音乐的基本属性和作用
 - 第一节 音乐的基础知识
 - 第二节 音乐的物理属性
 - 第三节 音乐的生理作用
 - 第四节 音乐的心理作用
 - 第五节 音乐的社会功能
- 第三章 基于心理学理论的西方音乐治疗
 - 第一节 概述
 - 第二节 基于人本主义和超个体心理学的音乐治疗理论
 - 第三节 心理动力学派理论在音乐治疗领域的应用及方法
 - 第四节 行为主义心理学派理论在音乐治疗领域的应用
 - 第五节 创造式音乐治疗理论及应用
 - 第六节 音乐治疗中常用的具体方法
- 第四章 中医经典五音治疗理论及方法
 - 第一节 概述
 - 第二节 中医音乐疗法的源流
 - 第三节 传统音乐的归类
 - 第四节 中医音乐处方的组成原则
 - 第五节 综合音乐疗法
- 第五章 基于《黄帝内经》五音一五脏关系的现代科学研究及音乐调理法
 - 第一节 基于《黄帝内经》五音一五脏关系的现代科学研究概况
 - 第二节 基于《黄帝内经》五音一五脏关系的谐频共振学说
 - 第三节 基于《黄帝内经》五音-五脏谐频共振学说的音乐调理方法
 - 第四节 亚健康音乐调理的实际应用
- 第六章 亚健康音乐调理概述
 - 第一节 亚健康音乐调理概念的提出
 - 第二节 亚健康音乐调理概述
 - 第三节 亚健康音乐调理的适宜人群及注意事项
 - 第四节 亚健康音乐调理技术培训和目标
- 第七章 亚健康的中医辨识方法
 - 第一节 中医四诊的方法及其主要内容
 - 第二节 中医辨证体系及辨证思维模式
- 第八章 与音波调理相关的常用亚健康评估方法
 - 第一节 量表测评法
 - 第二节 脑电图测定技术
 - 第三节 心率与HRV分析技术
 - 第四节 远红外热成像技术
 - 第五节 人体功能状态快速检测系统
- 附录一：部分儿童音乐治疗乐器以及场所
- 附录二：音乐调理外置设备举例

<<亚健康音乐调理基础>>

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>