

<<亚健康中医体质辨识与调理>>

图书基本信息

书名：<<亚健康中医体质辨识与调理>>

13位ISBN编号：9787513208406

10位ISBN编号：7513208409

出版时间：2012-5

出版时间：中国中医药

作者：王琦//靳琦

页数：162

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>

## <<亚健康中医体质辨识与调理>>

### 内容概要

《亚健康专业系列教材：亚健康中医体质辨识与调理》将中医体质学的理念与手段引入防治亚健康的具体实践，从理论基础到实际应用进行了系统阐述。

全书分为上、下两篇，上篇是基础篇，重在告诉大家中医体质学的基本知识，以及中医体质学为什么能够应用到亚健康防治当中，主要介绍中医体质学理论基础、中医体质形成与生理、中医体质分类方法、亚健康与中医体质相关问题；下篇是应用篇，重在告诉大家如何通过体质辨识了解亚健康，以及如何通过体质调理干预亚健康，主要介绍亚健康的中医体质辨识、亚健康的中医体质调理、亚健康的中医体质预防等内容。

## <<亚健康中医体质辨识与调理>>

### 书籍目录

上篇 基础篇 第一章 中医体质学概论 第一节 中医体质学的概念与范畴 第二节 中医体质学基本原理 第二章 中医体质生理 第一节 体质与形态结构 第二节 体质与年龄 第三节 体质与性别 第四节 体质与心理 第五节 体质与适应能力 第六节 体质的生理特点 第三章 中医体质分类方法 第一节 古代体质分类方法 第二节 现代体质分类方法 第四章 亚健康与中医体质 第一节 亚健康概述 第二节 偏颇体质与亚健康下篇 应用篇 第五章 亚健康与中医体质辨识 第一节 体质辨识的原则与内容 第二节 偏颇体质类型的辨识 第三节 体质状态的辨识 第四节 体质辨识的工具 第五节 体质辨识在亚健康人群中的应用 第六章 亚健康的中医体质调理 第一节 辨体调理原则 第二节 辨体调理宜忌 第三节 辨体调理模式 第四节 偏颇体质的调理方法 第五节 体质状态的调理方法 第七章 体质调护与亚健康预防 第一节 亚健康的预防方法 第二节 亚健康的预防评价 第八章 体质辨识与健康管理 第一节 体质辨识在健康管理中的作用 第二节 体质辨识与个体健康管理 第三节 体质辨识与人群健康管理附录一 《中医体质分类与判定》标准附录二 常用调体方剂附录三 主要参考文献

## &lt;&lt;亚健康中医体质辨识与调理&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页： 体质现象是人类生命活动的一种重要表现形式，与健康 and 疾病密切相关。

自古代开始研究人类的健康和疾病以来，人类的体质现象就作为重要命题存在了，但两千多年来未能形成专门的学术体系。

当今倡导健康医学的朝向，正从以“病”为中心转向以“人”为中心的发展趋势。

有关人类个体差异及不同时代人的体质状态是生命科学及“人口与健康”的前沿科学问题。

中医学历来强调治病“因人制宜”，认为人生来就“有刚有柔，有弱有强，有短有长，有阴有阳”。

这些理论实质上反映的是人的体质因素在疾病发生、变化和治疗过程中所起到的重要作用。

从诊断学角度看，许多疾病的发展具有复杂性、多变性。

尽管随着科技的飞速发展出现了很多先进的诊断仪器，但其对相当一部分疾病的诊断缺乏特异性，而且在疾病尚处于功能改变而未演变成器质性病变时，这些仪器便难以策应。

倘若我们抓住了患病个体这个疾病的“活性载体”，进一步强化体质与疾病关系的认识，便可以从纷繁复杂的疾病表象中开辟新的视角并获得新的认知。

从治疗学角度看，人们早就发现，相同剂量的同种药物对同一疾病的不同患者往往有着不同的疗效，所发生的不良反应也可能明显有异。

这是正常的生物学现象，是人体与药物相互作用造成的，称为个体对药物的特应性。

同一种药物之所以会在不同个体产生不同的疗效和反应，是因为不同个体对该药物的吸收、代谢、排出速度及反应性等存在着差异，这种差异无疑会受到环境因素如食物和其他药物的影响，同时也受年龄、性别、营养状况、机体所患疾病及给药方法的影响，但从根本上讲是由个体的遗传基础决定的。

研究药物反应与药物代谢的遗传基础，对于临床上合理用药、减少药物不良反应、降低毒性、提高药效等，有着重要的意义。

对于偏颇体质类型的研究，能够揭示亚健康状态与疾病发展的内在本质特征，能为从改善体质人手纠正患病个体的偏颇状态提供前提条件。

现代临床已初步证实了体质可调性的设想。

这一设想的实现，使人类从调整体质人手来控制疾病成为可能，顺应了医学发展重视以“人”为中心的趋势，即重视人体自身的“自愈”能力。

同时，医学上各种疑难病症多与个体体质有关，从调整体质人手将为征服疑难病症提供新的途径。

在某些方面，治“病”已陷入被动，而治“人”才为主动。

如过敏反应的发生与过敏体质有关，现在人类致敏原已达两千余种，防不胜防。

所以，防治过敏性疾病的关键并不是阻挡过敏原进入人体，而应通过积极改善、纠正过敏体质，从根本上消除过敏性疾病对人体的危害。

从预防角度看，体质理论也有十分重要的意义。

“体病相关”即从研究人群偏颇体质人手，筛查与偏颇体质相关疾病的高危人群并进行防治，将个体养生预防提高到群体预防水平，中医体质学为实现这一目标提供了理论与实践基础。

所以，以人体体质为切入点的研究，可以揭示生命与健康的本质问题，是中医基础理论研究优先发展的领域。

## <<亚健康中医体质辨识与调理>>

### 编辑推荐

《亚健康中医体质辨识与调理》将中医体质学的理念与手段引入防治亚健康的具体实践，从理论基础到实际应用进行了系统阐述。

围绕亚健康的中心主题，以中医学为主要理论基础，结合现代亚健康检测技术和干预手段设置课程，以构筑亚健康师所必备的基础知识与能力为主要目的，重在提升亚健康师的服备水平，侧重培训教材的基础性、实用性和全面性。

读者对象主要为亚健康师学员和教师等相关人员。

<<亚健康中医体质辨识与调理>>

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>