第一图书网, tushu007.com

<<一百天学中医进补>>

图书基本信息

书名：<<一百天学中医进补>>

13位ISBN编号：9787532367887

10位ISBN编号：7532367886

出版时间：2003-5-1

出版时间：上海科学技术出版社

作者：朱义豪

页数：429

字数：256000

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

第一图书网, tushu007.com

内容概要

《一百天学中医进补》内容包括进补的一般知识、精神补益、饮食补益、药物补益、艾灸补益和按摩补益几大部分。
精神补益是介绍以静补益、以德补益、乐观补益、运动补神和娱乐补神、饮食补益介绍了补气、补血补阴、补阳的常用食物94种，并分别介绍了食物的性味归经、功用主治以及注意事项；药物补益方面主要介绍了常用补益中药48种和方剂21种，艾灸补益则介绍了艾灸补益的作用特点和操作；按摩补益详细介绍了按摩补益常用的多种方法。
书末附有索引，供读者查阅。
　为了贯彻这套丛书的统一性，我们仍旧采用每天学习一小时，每周学习六天，共十四周学完的方法。

第一图书网, tushu007.com

<<一百天学中医进补>>

书籍目录

编者寄语第一周 进补的一般知识　一、进补的定义　二、进补的现状　三、进补的原理与作用　四、进补的分类与方法的选用　五、进补的原则第二周　六、进补的禁忌与注意事项 精神补益　一、概述　二、以静补神第三周　三、以德补神　四、乐观补神　五、运动补神　六、娱乐补神 饮食补益　一、概述　二、补气食物第四周第五周　三、补血食物第六周　四、补阴食物第七周第八周　五、补阳食物第九周 药物补益　一、概述　二、补气药　三、补血药第十周　四、补阴药　五、补阳药第十一周第十二周　六、补益方剂的常用剂型　七、补气方剂　八、补血方剂　九、气血双补方剂第十三周　十、补阴方剂　十一、补阳方剂 艾灸补益　一、概述　二、艾灸补益的常用穴位第十四周　三、常见疾病的艾灸补益治疗 按摩补益　一、概述　二、按摩补益的临床应用索引

第一图书网, tushu007.com

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