

<<中医抗衰延寿点津>>

图书基本信息

书名：<<中医抗衰延寿点津>>

13位ISBN编号：9787560829869

10位ISBN编号：7560829864

出版时间：2005-5

出版时间：同济大学出版社

作者：沈小珩| , , , 编

页数：346

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>

## <<中医抗衰延寿点津>>

### 内容概要

《中医抗衰延寿点津》从回归自然出发，以顺应自然为主题，倡导积极和谐的人生理念，揭示人应享尽天年的奥秘。分析古今医家的专题论述，介绍长寿名人抗衰延寿、颐养天年、安度百岁的保健方法，阐释常见病的有效防治策略。

<<中医抗衰延寿点津>>

作者简介

沈小珩，医学博士，上海第二医科大学附属瑞金医院中医内科主任医师，教授，硕士生导师。中华中医药学会老年病分会委员，上海中医内科学分会常委兼秘书、肿瘤分会委员、中医内科心病专业委员会委员，中华医学会上海中西医结合学会神经科专业委员会委员兼秘书，《神经病学和神经康复学杂志》编委，《中华现代中西医杂志》编委。承担、参与国家及省市级科研课题17项；获国家及省市各级科技成果奖、优秀论文奖多项。

<<中医抗衰延寿点津>>

书籍目录

总序引言天年解读篇第一章 天年奥秘第二章 未老先衰第三章 衰老特征第四章 勿惧衰老名家专论篇第一章 补肾说第二章 补脾说第三章 养心说第四章 理气血说名人抗衰篇第一章 运动健身抗衰第二章 营养平衡抗衰第三章 生活有序抗衰第四节 调摄情志抗衰第五章 心胸开阔抗衰第六章 恒心坚持抗衰第七章 科学安排抗衰第八章 适者生存抗衰延寿药食篇第一章 延寿食物第二章 延寿中药第三章 延寿名方延寿治疗篇第一章 循环系统疾病第二章 呼吸系统疾病第三章 消化系统疾病第四章 泌尿系统疾病第五章 内分泌系统疾病第六章 神经系统疾病第七章 肿瘤疾病夕阳生辉篇第一章 种兰第二章 书画第三章 琴棋第四章 歌舞第五章 旅游第六章 饮酒第七章 品茶第八章 动脑第九章 修心第十章 布施

## <<中医抗衰延寿点津>>

### 编辑推荐

《中医祛病健身系列丛书》共10册，各册主编均为中医各科名家。丛书编写以“茹古涵今，兼收并蓄，立足临床，重在创新”的学术思想为指导，遵循“继承传统，发扬精粹，面向社会，服务大众”的宗旨，以中医药学经典理论和现代临床实践的依据，融科学性、知识性和实用性为一体，内容翔实系统全面，深入浅出，通俗易懂。对临床医师有实用参考价值，对患者和中医爱好者有康复保健指导手册。适合于广大医药工作者，医学院校师生及社会各界人士阅读。

<<中医抗衰延寿点津>>

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>