

<<老年人四时调摄保健>>

图书基本信息

书名：<<老年人四时调摄保健>>

13位ISBN编号：9787800138010

10位ISBN编号：7800138011

出版时间：1998-10

出版时间：中医古籍出版社

作者：陈少冬

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>

<<老年人四时调摄保健>>

内容概要

内容简介

本书根据四时气候变化与人体脏腑功能的关系，以及老年人的生理特点等，提出春天以调摄保健肝脏为主，夏天以调摄保健心脏为主，长夏以调摄保健脾胃为主，秋天以调摄保健肺脏为主，冬天以调摄保健肾脏为主。

全书共分五篇，论述四时疾病之调治，介绍饮食之注意点、药膳调理方、起居方面的知识，以及养生却病之功，强身健体之术。

<<老年人四时调摄保健>>

作者简介

陈少冬，男，广东省潮阳市和平镇卫生院，主治医师，中国文化研究会传统医学专业委员会委员，中国特效医术研究会委员，中国临床少见病学术研究会理事，中华华佗医药研究会会员，在国内外刊物及学术会上发表医学论文40多篇，并多次获优秀论文一、二、三等奖，入录《当代世界传统医学杰出人物》、《中国大陆名医大典》。

著有《中医骨伤科常用方剂歌诀》，1997年8月四川科技出版社出版。

<<老年人四时调摄保健>>

书籍目录

目录

第一篇 老年人春天调摄保健

第二篇 老年人夏天调摄保健

第三篇 老年人长夏调摄保健

第四篇 老年人秋天调摄保健

第五篇 老年人冬天调摄保健

附篇一 丹田功及其医疗保健作用

二 四时调摄保健歌

编后

<<老年人四时调摄保健>>

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>