

<<实用中药养生事典>>

图书基本信息

书名：<<实用中药养生事典>>

13位ISBN编号：9787802039674

10位ISBN编号：7802039673

出版时间：2010-5

出版时间：中国妇女出版社

作者：张军

页数：230

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>

## <<实用中药养生事典>>

### 内容概要

中医药作为中华民族创造的医学科学，是我国优秀民族文化中的瑰宝。

经过长期的实践和不断总结，人们发现中药不仅可以有效的防病治病，还可以抵抗人体衰老，进而提高人体器官组织功能，是养生保健的良品。

本书图文并茂，是针对普通大众编写的中药养生保健事典。

书中通过中药知识、中药功效、中药养生、中药治病四大板块，结合清晰的中药彩图，使您能正确地对中药使用、日常养生保健以及简单的自我医疗有更深一层的认识，为您全家人的健康号脉，是自我养生保健的实用手册。

<<实用中药养生事典>>

书籍目录

第一章 认识中药 第一节 中药的历史发展 第二节 中药的命名及分类 第三节 中药的性能 第四节 中药的使用 第五节 药典常用词汇解语第二章 生活中常用的中药 一、草木类药材 二、动物、人类药材第三章 中药养生知识问答第四章 常见疾病验方附录1 中药属性一览表附录2 中药药理作用一览表

## <<实用中药养生事典>>

### 章节摘录

插图：中药的性能指药物的性味和功能，也就是中药的药性，包括药物的归经、四气五味、升降沉浮、毒性等方面。

这些性能是几千年来，人们经过不断的尝试和实践总结出来的宝贵经验，使后人能够据其性施其功。中药的归经归经是指某些药物对身体中的某些脏腑和经络有特殊的治疗作用，对哪个脏腑、经络起到作用，就归为哪一经。

根据脏腑和经络划分，可将中药划分为心、肝、肾、胆、脾、肺、胃、大肠、小肠、膀胱、三焦、心包十二经。

比如甘草、川贝母能够清肺止咳治疗哮喘，哮喘是肺部的疾病，故归为肺经；朱砂、莲子能够安神定惊，心神不定为心病，故归为心经；青皮、香附可治胁痛，胁痛是肝经之疾病，故归为肝经；天麻能祛风止痉，手足抽搐为肝病，故归为肝经。

有些药物有很多的疗效，对多种脏腑有治愈作用，便可以归为多种经，如人参不但可以大补元气，还可固脱、生津、安神，所以被归为肺、脾、心、肾四经。

中药的归经学十分重要，它显示了药物的选择性，也是使用药物的重要依据，将具有同样功效的中药有的放矢施以佳用。

## <<实用中药养生事典>>

### 编辑推荐

《实用中药养生事典》：中药即中医用药，是我国传统医学中特有的药物。

中药包含植物药、动物药、介壳类以及矿物类等，具有防治疾病、养生保健、美容养颜等功效。

但是“是药三分毒”，有病不可盲目用药。

每一种中药都有其特有的使用方法和禁忌。

针对每一种疾患的常用药方、用法用量都不同，而且素有“同病不同治”之说，所以在使用上要格外小心，以防用药不慎带来毒副作用。

中药！

养生保健的经典了解丰富的中药知识，认识特殊的中药功效，运用最常见的中医药材，防治生活中的疾病隐患，为养生保健追加健康的砝码。

<<实用中药养生事典>>

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>