

<<海南省中医养生保健手册>>

图书基本信息

书名：<<海南省中医养生保健手册>>

13位ISBN编号：9787802317710

10位ISBN编号：7802317711

出版时间：2009-12

出版时间：中国中医药出版社

作者：国家中医药管理局，海南省人民政府 编

页数：121

字数：80000

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>

## <<海南省中医养生保健手册>>

### 内容概要

中医养生保健作为我国传统文化的主要部分，一直为广大人民群众喜闻乐见，各种相关书籍、讲座近年来层出不穷，从不同角度介绍中医养生的知识和方法，备受社会各界的关注、好评。

我国幅员辽阔，南北纬度差异极大，各地风土、物产、民俗皆不同，而中医养生与禀赋、节令、物候的关系又十分密切。

2009年初，在国家中医药管理局的直接指导下。

中国中医药出版社策划并组织编写了全国分省《中医养生保健手册》丛书，以省（自治区、直辖市）分册，强调中医养生因人、因时、因地制宜的思想，介绍中医养生保健的有关知识，为广大群众提供实用的方法，贯彻预防为主、防治结合的理念，实现中医养生“治未病，享天年”的理想。

在编写过程中充分考虑不同地区的特点及所介绍方法在群众中的可操作性，语言通俗易懂，版式轻松活泼，图文并茂，色彩悦目。

<<海南省中医养生保健手册>>

书籍目录

上篇 中医学是人类医学的伟大宝库 因人制宜体质养生 顺应自然季节养生 调节情志精神养生 谨和五味饮食养生 动静结合运动养生 作息有常起居养生 下篇 家庭常备中成药 常见病的简易疗法 中医治病小常识附录 海南省名中医 海南省中医医疗机构及特色专科

<<海南省中医养生保健手册>>

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>