

<<现代中医延缓衰老学>>

图书基本信息

书名：<<现代中医延缓衰老学>>

13位ISBN编号：9787117063074

10位ISBN编号：7117063076

出版时间：2004-10

出版时间：第1版 (2004年10月1日)

作者：韩明向

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>

<<现代中医延缓衰老学>>

内容概要

本书系延缓衰老、益寿延年的现代中医学术专著。

全书分延缓基础篇、保健延缓篇、防病延缓篇、药食延缓篇四大部分，共69章，全面、系统地介绍了现代中医延缓衰老的基本理论和基本常识。

从多方位、多角度指导人们在吃、衣、住、行，游艺、运动、人际关系、社会活动等诸方面建立健康的生活方式，行之有效的养生立命的原则和方法。

其中四季调神、地域养护、动静功法、药膳食疗最为突出了中医特色。

本书由中华中医药学会内科分会延缓衰老学术委员会组织编写，集科学性、系统性、实用性于一书，适于中西医老年科医师及有一定文化的中老年读者阅读学用。

<<现代中医延缓衰老学>>

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>