

<<中医药对外宣传丛书(共12册)>>

图书基本信息

书名：<<中医药对外宣传丛书(共12册)>>

13位ISBN编号：9787801568274

10位ISBN编号：7801568273

出版时间：2006-09-07

出版时间：中国中医药出版社

作者：中国中医药社

页数：50

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>

<<中医药对外宣传丛书(共12册)>>

前言

中医药是中华民族优秀文化的重要组成部分，几千年来为中华民族的繁衍昌盛做出了不可磨灭的贡献，并且对世界的文明进步产生了积极影响。

它是我国卫生事业的重要组成部分和人类医学的宝贵财富。

中医学是研究人体生命活动变化规律和调节方法的一门科学，体现了对人体生命科学的深刻认识，具有科学性和先进性。

中医学的健康理念和临床医疗模式，体现了现代医学发展趋势。

中医学拥有一套完整的、独特的理论体系，在临床各科多种疾病的诊疗方面积累了丰富的经验并有确切疗效。

作为世界传统医学的优秀代表，中医药对于许多疾病，特别某些现代疑难杂病，如心脑血管病、糖尿病、肿瘤、免疫性疾病、病毒感染性疾病等的诊治，具有独特的优势，正在发挥着越来越重要的作用。

21世纪，随着医学模式的转换，疾病谱发生了变化，医源性、药源性疾病以及老龄性疾病逐渐增多，人们预防保健意识不断增强，国际社会对天然药物的需求日益扩大，中医药的发展必将拥有更加广阔的发展空间，对人类健康事业做出更加巨大的贡献。

<<中医药对外宣传丛书(共12册)>>

内容概要

健康是人类最大的财富，也是现代人的首要需求。
民族的兴旺发达，社会的文明进步，事业的成功，家庭的美满幸福，无一不与健康二字息息相关。
人人都需要健康，人人都渴求健康，健康必须有医学知识作为指导。
因此，普及医学知识、增强自我保健意识、提供家庭健康指导是十分必要的。
为此，我们编辑出版了这套《家庭医疗保健手册》，希望您足不出户就能做到自诊自疗，在日常生活中得到健康关爱。

<<中医药对外宣传丛书(共12册)>>

书籍目录

《中医养生保健学》目录：第1章 概论第2章 中医养生保健学的基本理论2.1 天人相应2.2 形神合2.3 动静互涵2.4 正气为本2.5 辨证施养第3章 中医养生保健的常用方法3.1 精神养生法3.1.1 清心静神3.1.2 怡养情志3.2 运动养生法3.2.1 太极拳3.2.2 气功3.3 饮食养生法3.3.1 谨和五味3.3.2 药粥与药膳3.4 环境养生法3.4.1 自然环境与健康3.4.2 居住环境与健康3.5 房事养生法3.5.1 房事与阴阳3.5.2 节欲葆精.....《中国中医药发展概况》目录：第1章 中医医疗事业1.1 人员与机构1.2 中医医疗机构的特点与任务1.2.1 中医医疗结构的特点1.2.2 中医医疗结构的任务1.3 中西医结合医疗机构的特点与任务1.3.1 中西医结合医疗机构的特点1.3.2 中西医结合医疗机构的任务第2章 中医药教育2.1 中医药教育模式2.1.1 中医药院校教育2.1.2 中医药互联网教学2.1.3 中医药对外教育2.2 中医药院校的基本建设2.2.1 中医药师资队伍2.2.2 中医药教学实践基地2.2.3 中医药教学仪器设备第3章 中医药科研3.1 中医药科研机构3.2 中医药科研的特点3.3 中医药科研成就3.3.1 中医药文献与基础理论研究3.3.2 针灸经络研究.....第4章 中医药出版事业第5章 中医药管理和立法《国外中医药发展概况》目录：第1章 概述1.1 国外中医药发展概况1.1.1 国外中医药医疗保健1.1.2 国外中医药教育1.1.3 国外中医药学术活动与科学研究1.1.4 国外中药生产与贸易1.1.5 国外中医药管理与立法1.2 国外中医药发展的主要原因1.2.1 中医药学的特点与优点1.2.2 人类疾病谱及医疗模式的改变1.2.3 西医药学方面的原因1.2.4 人类回归自然观念的影响1.2.5 人们对生命数量和质量追求更高1.2.6 境外华人数量大幅度增加1.2.7 现代信息传播广泛而快捷1.2.8 中国对外贸易的发展第2章 世界各国和地区中医药发展概况2.1 东南亚及东北亚中医药发展概况2.1.1 新加坡2.1.2 泰国2.1.3 韩国2.1.4 日本2.2 欧洲中医药发展概况2.2.1 法国.....《中国少数民族医学》目录：第1章 什么是少数民族医学第2章 中国民族医学的内涵2.1 有完整的理论体系和丰富的实践和经验2.2 医药经验丰富，但缺少理论体系，或者仅有极为粗放或原始朴素的理论萌芽第3章 民族医药的历史3.1 藏医药3.2 朝鲜医药3.3 壮医药3.4 彝医药第4章 医学理论4.1 藏医药4.2 蒙医药4.3 维医药4.4 傣医药4.5 彝医药4.6 朝医药4.7 壮医药4.8 瑶医药4.9 回医药.....第5章 民族医药擅长治疗的病症和疗法第6章 中国少数民族药学业第7章 民族医药正在前进《中医五官科常见病诊疗常识》目录：第1章 眼科常见病诊疗常识1.1 外眼病1.1.1 针眼(麦粒肿)——睑腺炎1.1.2 睑弦赤烂——睑缘炎1.1.3 上胞下垂——上睑下垂1.1.4 流泪症——功能性溢泪症1.1.5 肝劳——视疲劳症1.1.6 白涩症——干眼病(结膜干燥症)1.1.7 时复目痒——春季卡他性结膜炎1.1.8 聚星障——病毒性角膜炎1.1.9 花翳白陷——细菌性角膜溃疡1.1.10 风牵偏视——麻痹性斜视1.2 内眼病1.2.1 圆翳内障——老年性白内障1.2.2 青风内障——慢性单纯性青光眼1.2.3 瞳神紧小——虹膜睫状体炎1.2.4 瞳神紧小——Vogt - 小柳 - 原田1.2.5 狐惑——Behcet病(白塞病)1.2.6 视直如曲——中心性浆液性视网膜脉络膜病变1.2.7 视瞻昏渺——年龄相关性黄斑变性1.2.8 高风雀目内障——视网膜色素变性1.2.9 云雾移睛——视网膜静脉周围炎1.2.10 暴盲——视网膜静脉阻塞1.2.11 青盲——视神经萎缩1.2.12 视瞻昏渺——缺血性视神经病变.....第2章 耳鼻喉科常见病诊疗常识

章节摘录

插图：2.3 动静互涵运动和静养是中国传统养生防病的重要原则。

运动能锻炼人体各组织器官的功能，能促进新陈代谢以增强体质，并能防止早衰。

但并不表示运动越多越好，运动量越大越好。

中医养生学更强调静养的作用，认为躯体和思想的高度静止才是养生的根本大法，以静养生的原则更符合人体生命的内在规律。

我国的老庄道家以及后来的道教都主张以静养为主。

静养主要强调的是心神宜静。

心神与人体健康的关系是十分密切的，只有神气清静，才能健康长寿。

由于心神常处于易动难静的状态中，那么清静养神就显得特别重要。

静养并不是指饱食终日，无所用心，而是要求精神专一，摒除杂念。

正常的用心神，对强神健脑大有益处。

另一方面，形体的动静状态与精气神的生理功能状态有密切的联系，长时间保持一种姿势易导致精气郁滞，气血凝结。

运动可以促进精气流通，气血畅达，增强抵御病邪的能力，所以适当的运动是有益的。

养生学中有着许多行之有效，且具有民族特色的健身运动的方法，如“五禽戏”、“八段锦”、“太极拳”、“易筋经”等，至今仍为许多老年人所喜爱。

我国古代一些著名的长寿老人，在动静结合方面都做得非常好。

如南宋诗人陆游一生读书三万卷，写诗万余首，但同时，他每天坚持练剑，持续了40余年不懈，最终享年85岁。

<<中医药对外宣传丛书(共12册)>>

编辑推荐

《中医药对外宣传丛书(套装共12册)(英汉对照)》是由中国中医药出版社出版的。

<<中医药对外宣传丛书(共12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>