

# 《黄帝内经》与养生保健



[《黄帝内经》与养生保健 下载链接1](#)

著者:施连芳

出版者:中国林业出版社

出版时间:2004-10

装帧:平装

isbn:9787503838507

《内经》是我国非常著名的《黄帝内经》的简称，现分为《素问》、《灵枢》两书，可以说是我国现存较早的一部重要的医学文献，成书的年代，大约是在战国时期。这部重要的医学专著，究竟出自何人之手，至今尚无材料可考可证实。

《黄帝内经》的内容是极其丰富的，博大精深，可以说谁也一下子撰写不尽。

笔者仅仅从《黄帝内经》里挑出了一些与今日社会生活实践中人们讲究养一延年益寿比较接近，或曰比较密切相关的一些问题，通俗易懂地撰写了一下，便于人们在实际生活中，进行参考和应用。

作者介绍:

目录:

[《黄帝内经》与养生保健 下载链接1](#)

标签

评论

-----  
[《黄帝内经》与养生保健 下载链接1](#)

书评

-----  
[《黄帝内经》与养生保健 下载链接1](#)