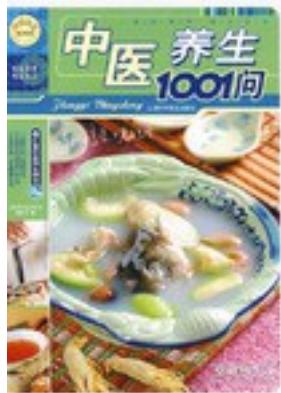


# 中医养生1001问



[中医养生1001问 下载链接1](#)

著者:《快乐生活1001》编委会 编

出版者:上海科普

出版时间:2007-4

装帧:

isbn:9787542736529

成书久远的《黄帝内经》，确立了传统中医学的理论体系，同时也确立了中医养生学的理论基础。此后，历代著名的医学家，大多也是当时有名的养生家，如：东汉的华佗、东晋的葛洪、南朝的陶弘景、唐代的孙思邈等，他们不断地充实、完善着中医养生的理论与实践。贴近生活，充分展现中医养生精髓

时至今日，中医养生法日益被世界各国有识之士所认同。《中医养生1001问》从四时、饮食、起居、房事、调神、美容、运动等方面，充分展现中医养生所主张的以预防为主，主动调整自我，保持与自然界的平衡，以避免外邪入侵的养生思想，为广大读者提供最简单、实用、健康的养生指导。

作者介绍:

目录:

[中医养生1001问 下载链接1](#)

标签

养生

健康-中医养生1001问

中医

国学

医学

2007

评论

---

[中医养生1001问 下载链接1](#)

书评

---

[中医养生1001问 下载链接1](#)