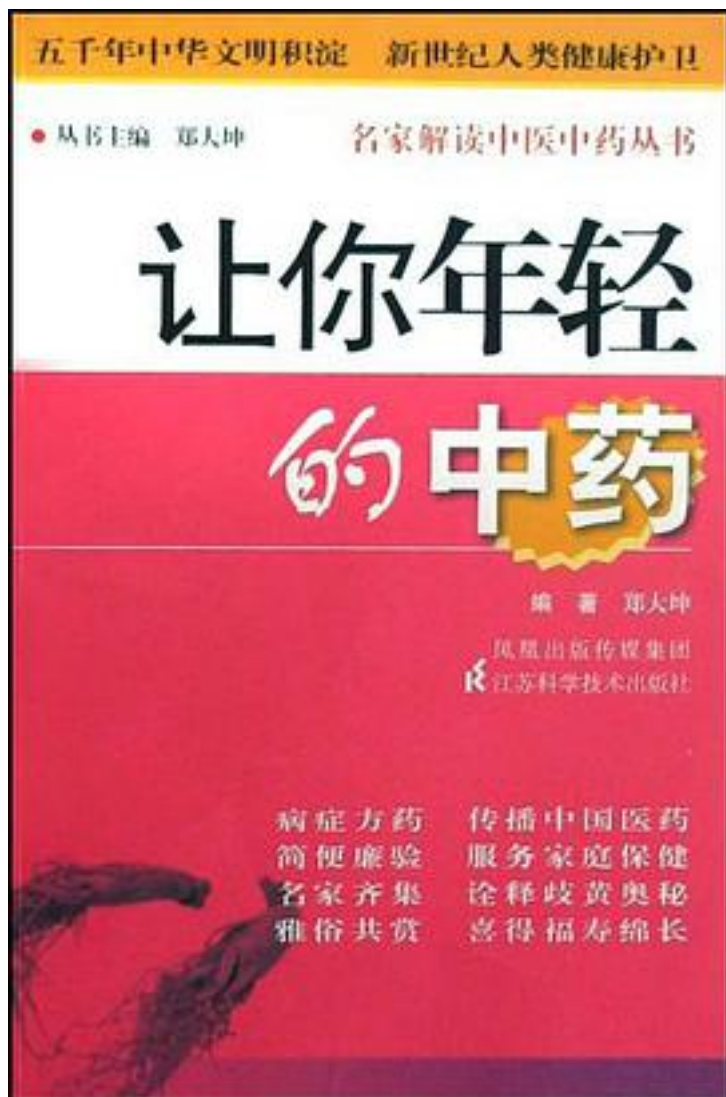


让你年轻的中药



[让你年轻的中药_下载链接1](#)

著者:郑大坤

出版者:

出版时间:2008-10

装帧:

isbn:9787534560569

《让你年轻的中药》精选常用抗衰老中药122味。因为当前抗衰老中药的分类尚无规范方法，所以《让你年轻的中药/名家解读中医中药丛书》仍沿用传统的中药功效分类法编排。每味抗衰老中药均按三个方面加以介绍：①基本知识：包括中药的科属、性味、功效主治、常用量和注意事项，并结合介绍有关传说、趣闻和诗词。这里介绍的常用量，如无特殊说明，均系该药在复方汤剂中的一日用量；至于在简便方中应用，因为药味较少，所以其用量可以适当加大。但有毒药物仍应严格掌握用量范围，不可盲目加大；对于有毒药物超过用量范围的便方，则应在医师指导下服用。②抗衰老述评：简要介绍其延缓衰老的原理和适宜治疗的老年病症。③抗衰老便方：每首便方组成药物不超过4味，服用方便，适合家庭应用，而且疗效可靠，均已经过临床验证。但有少量新发掘的抗衰老中药未能搜集到有关便方。全书共介绍抗衰老便方641首。对于较为名贵的抗衰老中药，还配有原药材插图，以便于读者识别。

衰老是一种由遗传因素和内外环境多种复杂因素相互作用而引起的生命过程，表现为一系列随着年龄增长而逐渐显示出来的各种退行性变化。生、长、壮、老、已是生命的基本规律，奢望长生不老是不现实的；但是，运用合理的保健和治疗措施，在一定程度上推迟衰老的进程则是完全可能的。人类自古以来就追求健康长寿，年龄越大就越是渴望保持年轻的状态——强壮的体质、健全的思维、青春的容颜、充沛的精力和适应机体内外环境变化的能力，以“尽终其天年，度百岁乃去”。

作者介绍:

目录:

[让你年轻的中药 下载链接1](#)

标签

评论

[让你年轻的中药 下载链接1](#)

书评

[让你年轻的中药 下载链接1](#)