

四川省中医养生保健手册



[四川省中医养生保健手册_下载链接1](#)

著者:四川省中医药管理局 编

出版者:

出版时间:2009-3

装帧:

isbn:9787802316157

《四川省中医养生保健手册》文字通俗易懂，方法简便实用。愿大家茶余饭后信手翻开，在消遣娱乐之余，能增长一些中医养生保健的知识，获得养生之道，做到“饮食有节，起居有常，不妄作劳，故能形与神俱，而尽终其天年，度百岁乃去”。中华民族历来重视养生保健，历经2000多年的中医学已经形成和积累了丰富的养生保健理论及经验，它为中华民族的繁衍昌盛、为人类的健康长寿作出了不可磨灭的贡献，是中医学的一颗璀璨的明珠。

四川被誉为“中医之乡、中药之库”，千百年来，巴蜀大地孕育了代代名医，各种因地制宜的中医养生保健方法应运而生，简便易行，行之有效。在“5.12”汶川大地震中，中医药大显身手，为救治伤员、防控疾病和伤员康复作出了杰出贡献。

作者介绍:

目录:

[四川省中医养生保健手册_下载链接1](#)

标签

中医

评论

[四川省中医养生保健手册_下载链接1](#)

书评

[四川省中医养生保健手册_下载链接1](#)