

一学就会的国医自疗法



[一学就会的国医自疗法_下载链接1](#)

著者:《图说生活·健康指南系列》编委会 编

出版者:

出版时间:2009-6

装帧:

isbn:9787542724519

中医在中国拥有广泛的群众基础，大部分人都接受过中医治疗或曾运用中医方法进行保

健，并从中获益。《一学就会的国医自疗法》汇集了中医精华和核心内容，运用通俗易懂的语言，系统总结了中医的有关理论知识，包括阴阳五行、脏腑经络、气血津液等，帮助读者快速了解中医基础理论常识。在此基础上，着重介绍了中医养生保健和常见病的中医治疗方法，包括按摩、针灸、拔罐、刮痧、中成药的使用、病情简易判定方法等，充分体现了中医"简便廉验"的优势。

岁月像是一道风景线，日出叩响黎明破晓，日落点亮万家灯火，删繁就简地勾勒出漫漫人生之路的简单、纷杂。人们在捡拾经验阅历之时，不要遗落了健康，且行且珍惜的不光只是阳光雨露，更要将身体捧在掌心中细心呵护，与健康同行，是每个人生命旅途中不可忽视的重要环节。站在人生的路口眺望，健康指南为而立之年掌舵、为垂暮之年掌灯。

作者介绍:

目录:

[一学就会的国医自疗法_ 下载链接1](#)

标签

养生

评论

[一学就会的国医自疗法_ 下载链接1](#)

书评

[一学就会的国医自疗法_ 下载链接1](#)