

生活处处有中医



[生活处处有中医 下载链接1](#)

著者:

出版者:

出版时间:2008-3

装帧:

isbn:9787802318618

《生活处处有中医(中医养生智慧大礼盒)》包括了：《问中医几度秋凉》、《中里巴人

健康私房话》、《家庭必备中成药使用手册》、《解密中国人的九种体质》和《生活处处有中医》。千百年来，中医坚守着国人的健康！经历多少兴衰沉浮，也曾遭受冲击质疑，有识之士发出了问中医几度秋凉的喟叹。然而根植于中华优秀传统文化的中医，不改大济苍生之胸怀，始终是国人及全世界华人最亲近、最具血缘关系的活命养生之术，许多名方也以中成药的形式，进入千家万户，成为家庭必备中成药。

中医不仅仅是治病的医术，更是一种生命智慧。解密中国人的九种体质，帮您了解自己，掌握个性化养生大法。听听中里巴人健康私房话，您会发现，如果能掌握中医这种生活方式，健康是自然而然的事情。只要您用心去体悟运，生活处处有中医！

《问中医几度秋凉》从回忆母亲中医治病开始，一路写来，有中医的神奇、有中医的道理、有中医与西医的区别、有人生的智慧、有豁达的胸襟、有现代人常常忽略的东西、有不少值得深思的问题。《问中医几度秋凉》思怨深刻，文字清新，是当今对中医思考难得的佳作。

《中里巴人健康私房话》为您献上：

一、人为什么得病和得病后不能断根的根本原因及应对之道。

二、每一个家庭成员保健首选的13种家庭小验方。

三、多种双向调节，让养生事半功倍的小功法。

四、中里巴人老师的育儿心得。

五、如何把人的不良情绪化为养生之宝的经络操作法。

六、如何将《黄帝内经》《道德经》《金刚经》《心经》等国学经典里的养生智慧和经络功法运用到自己身体上的技巧。

《家庭必备中成药使用手册》依据国家新医改相关政策和《2009版国家基本药物目录》相关文件精神，重点对国家基本药物中成药临床应用及其注意事项进行系统介绍。全书分上中下三篇。上篇总论涉及最新国家基本药物目录制定的意义和相关中成药目录，中成药使用常识等。中篇重点介绍国家基本药物目录所列中成药及其使用相关知识。下篇则重点介绍内科、妇科、儿科、外科、骨伤科多种常见病的中医药治疗，尤其是辨证应用国家基本药物目录102种中成药治疗等。内容丰富，简明扼要，切合实际，语言通俗易懂，是普通群众日常家庭必备之书，也可供社区医生、基层医生和西医应用中成药临床参考。

《解密中国人的九种体质》内容简介：为什么你会怕冷？什么原因让你比别人易胖？痛经和长斑是正常的吗？你，或家人、孩子是过敏体质吗？总是感觉疲惫预示了什么？失眠和抑郁的问题可以解决吗？……众多关于身体的疑惑，都将在这本书中找到答案。

我们每一个人都是不同的，不同的性格，不同的生活方式，不同的出生、成长背景，这决定了不同的人，拥有的不同的体质。然而你是哪一种体质？这种体质倾向于发生哪些疾病？在众多的养生方法中，究竟哪一种是适合你的？哪一种是适合他的呢？或者说什么样的人应该用什么样的方法？

《解密中国人的九种体质》可以说是一本认知身体的启蒙读物，从“中医体质学”这个角度，帮助你重新认识身体的个性，判别你的体质属于哪一种类型。

书中附有《中医体质分类与判定表》，只需简单填写，就能知道你是什么体质？帮并助你找到专属于自己的与众不同的养生、保健、祛病方法，按照所提供的方法，就能随时把握身体变化的，对自己的身体进行简单调整，预防疾病发生。你完全可以成为自己的保

健医生。

《解密中国人的九种体质》由中医体质学创建人王琦教授和中医文化传播人田原女士共同创作完成，已于2009年5月上市。

《生活处处有中医》内容简介：悟字，心字加我字组成，那么，只要你用心阅读《生活处处有中医》，相信您会得到光明再现、霍然开悟的惊喜感觉。出版这套小书，也就是把编者们觉悟中医的心得，献给读者，尤其是献给青年读者，为此，我们请出诸多中医名家，帮助大家了解中医与生活的关系，中医所说的阳气与我们人体疾病的关系，现代生活与我们眼球疾病的关系，以及当下女性诸多的身心健康问题，等等。

悟中医即是悟生活，只是，你要用心去悟。

让我们回归自然，回归生活的原本状态吧，回归“人法地、地法天、天法道、道法自然”的朴素规律，与天地同幻化，与自然同声气的自在情境，重新识得四季流转，天时地利，鸟语花言，木性草味；三根手指读懂五脏六腑七情，几道药材祛邪扶正平阴秘阳，一根银针通调气血缓急，一套太极导引舒筋活络，一锅绿豆得解食物中毒，一撮灶心土得化水土不服，一杯花苞水得舒解抑郁，一道屏风阻转了穿堂邪风……

作者介绍：

目录：

[生活处处有中医 下载链接1](#)

标签

评论

[生活处处有中医 下载链接1](#)

书评

[生活处处有中医 下载链接1](#)