

特禀体质



[特禀体质_下载链接1](#)

著者:詹强 编

出版者:浙江科技

出版时间:2010-9

装帧:

isbn:9787534138720

《特禀体质(过敏一族)》内容简介：在我们的身边，会有这样一群人，他们看似常人，却又不同于常人：一年四季，身体也算不错，就是喷嚏打个不停，鼻涕流个不停；大地回春、百花齐放的春天，症状就更加严重，鼻涕和眼泪一大把……这样的人群的共同特点就是平时和常人一样生活、工作，只是一旦遇到特定物质就会迅速有反应。而且，同样的过敏原所产生的症状差不多，一般只是因个人体质不同而有程度上的差别，中医将这种会对特定物质产生特殊反应的体质称为特禀体质。

作者介绍：

詹强，出生于中医世家，自幼对中医药有着浓厚的兴趣。现为浙江中医药大学附属广兴医院(杭州市中医院)主任中医师、教授，硕士生导师，国家级重点专科的学科带头人，浙江省中医学学会推拿分会副主任委员，杭州市针灸推拿学会副会长，被授予“杭州市名中医”称号。

他推崇“上工治未病”的理念，深信医生的使命在于教育，指导及咨询，医生最高的境界不是治病，而是教大家不生病、少生病、迟生病。

他深信，好医生应该成为一个健康理念的推广者，希望与更多的医学专家一起为大众介绍更多有用的保健知识。

一直以来，他积极致力于中医文化的传播与推广。多年来他潜心研究中医养生文化，对药膳养生有着独特的见解。在各方的推荐下，他担任了集中医诊疗、药膳养生，保健讲堂、产品研发为一体的杭州广兴堂国医馆的主要管理工作，主张通过养生膳食和经络穴位的双重调理，使人体达到“阴平阳秘”的状态，

目前，“广兴药膳”已被杭州市政府列入非物质文化遗产保护名录，作为该文化遗产的继承人，他多次受到各家电视台，报纸、杂志的邀请开设养生节目和专栏，杭州电视台“生活大参考”栏目还长期聘请他为养生专家。

目录: 你是特禀体质吗/5 快来测一测吧/6 你平时有这些困惑吗/14 如何改善特禀体质/19
良好的生活习惯是改善特禀体质的关键/20 防过敏第一招——增强体质养生茶/24
防过敏第二招——药粥食疗养生好/34 防过敏第三招——药膳滋补功效高/46
多运动，勤做操/62 敲摩经络作用大/70 后记/81
· · · · · (收起)

[特禀体质 下载链接1](#)

标签

过敏性鼻炎

泛读

健康

评论

[特禀体质 下载链接1](#)

书评

[特禀体质 下载链接1](#)