

中医治未病与亚健康调理



作者：彭锦主编；胡镜清，施展副主编；黄丹卉，陈伦举，陈仁波，吴夏秋，郭玉峰，孟凡颖编委

出版社：北京：中医古籍出版社

出版日期：2010.05

总页数：394

介绍：全书以自我保健为主，内容翔实，分上、中、下三篇。上篇从中医健康观入手，阐述了中医“治未病”思想及亚健康状态的理论内涵及相互关系，并对其如何指导人群的健康管理作了初步探讨；中篇在探讨亚健康状态干预原则的基础上，从日常自我保健、中医外治及药膳等不同方面介绍了中医养生保健疗法的操作技术、学术渊源、适应症、禁忌症等相关内容；下篇针对亚健康常见症状，分别介绍了中医综合预防策略及手段，并在结尾处辅?专家提示。资料选取过……

说明：登录教客网（<https://www.jiaokey.com/book/detail/14169495.html>）查找全本阅读方式

中医治未病与亚健康调理 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/14169495.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/14169495.html>

书名：中医治未病与亚健康调理