第一图书网, tushu007.com

<<寿亲养老新书>>

图书基本信息

书名：<<寿亲养老新书>>

13位ISBN编号：9787117086677

10位ISBN编号：711708667X

出版时间：2007-7

出版时间：人民卫生

作者：陈直

页数：176

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：http://www.tushu007.com

内容概要

全书4卷。
卷一为宋·陈直撰，卷二至卷四为元·邹铉所续，故更原名《养老奉亲书》为《寿亲养老新书》。
作者广摭老年人“食治之方，医药之法，摄养之道”，论述老人养生保健知识与方法，内容包括饮食调治、形证脉候、医药扶持、四时养老、食治养老、行住坐卧、宴处起居等。
书中对气功养生、食后将息法、养性、种植、药酒养生内容论述尤详，并倡导“嘉言善行”，弘扬慈爱之心。
本书为历代医家、养生家所推崇，流传甚广，为养生必读之作。
今据明万历刻本为底本整理出版。

作者简介

陈直，生平不详，仅知曾为承奉郎，于宋神宗元丰年间（1078一1085）为泰州兴化（今江苏省兴化县）县令。

　邹铉（铉或作鈸），字冰壑，晚号敬直老人，泰宁（今属福建）人。
据黄应紫序称，邹氏曾官中都，又曾有“总管”之衔。
但其仕履，已不能详考。

书籍目录

卷之一 饮食调治第一 形证脉候第二 医药扶持第三 性气好嗜第四 宴处起居第五 贫富祸福第六 戒忌保护第七 四时养老总序第八 四时通用男女老人方 春时摄养第九 春时用药诸方 夏时摄养第十 夏时用药诸方 秋时摄养第十一 秋时用药诸方 冬时摄养第十二 冬时用药诸方 食治养老序第十三 食治老人诸疾方第十四 食治养老益气方 食治明目方 食治耳聋耳鸣诸方 食治五劳七伤诸方 食治老人虚损羸瘦诸方 食治老人脾胃气弱方 食治老人泻痢诸方 食治老人烦渴热诸方 食治老人水气诸方 食治喘嗽诸方 食治脚气诸方 食治诸淋方 食治噎塞诸方 食治冷气诸方 食治诸痔方 食治诸风方 简妙老人备急方第十五 续添卷之二卷之三卷之四方剂索引

媒体关注与评论

书评该书内容丰富，采撷占书简行，载方用药突出实用性。
书成后，一直为后世养生学家所重视，是一部食治与养生不可多得的参考之书。

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:http://www.tushu007.com