

<<特禀体质>>

图书基本信息

书名：<<特禀体质>>

13位ISBN编号：9787534138720

10位ISBN编号：7534138728

出版时间：2010-9

出版时间：浙江科技

作者：詹强 编

页数：82

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>

<<特禀体质>>

内容概要

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。

你究竟是不是特禀体质呢？

特禀体制占总人群的4.91%，24道测试题轻松判定个人体质，量身定制个性化养生方案，快来测测吧。

<<特禀体质>>

作者简介

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“

<<特禀体质>>

书籍目录

你是特禀体质吗 快来测一测吧 你平时有这些困惑吗如何改善特禀体质 良好的生活习惯是改善特禀体质的关键 防过敏第一招——增强体质养生茶 防过敏第二招——药粥食疗养生好 防过敏第三招——药膳滋补功效高 多运动，勤做操 敲摩经络作用大后记

<<特禀体质>>

章节摘录

前面我们讲了特禀体质的各种症状，那么特禀体质到底是怎么产生的，后天的调理会对特禀体质的改善产生效果吗？

詹医师将在这里为大家一一解答。

之所以会出现这种天差地别的禀赋取决于许多因素，譬如说种族、婚育时父母的体质状况，以及养胎、护胎、胎教的方式等，这些因素都可能对后代产生影响。

当然，除了种族因素是我们无法改变的之外，我想其他方面我们还是可以做好的。

特禀体质的调理与别的体质不同，我们首先应从源头开始注意，准爸妈们的生活习惯就很重要。

《黄帝内经·上古天真论》里黄帝批评不健康的生活方式：“以酒为浆，以妄为常，醉以入房，以欲竭其精，以耗散其真。

”意思是说，这些人喝酒跟喝水似的，喝醉了酒，又爱趁着酒劲去行房。

在这种情况下，特别容易生出特禀体质的孩子。

当然，如果你已经是个容易过敏或哮喘的人，生活细节中的好习惯就会给你很大的帮助。接着往下看，你会学到很多。

<<特禀体质>>

编辑推荐

特禀体质占总人群的4.91%，24道测试题轻松判定个人体质，量身定制个性化养生方案。
王琦教授解密中国人的九种体质，赠王琦教授九种体质分型标准，中华医学会体质分类与判定息测表

千人一方，万人同法乃养生大忌，体质不同，养生方法就不同。
《黄帝内经》的养生思想“阴平阳秘，精神乃治”实操版：属于你的养生食物+经穴按摩+平和情绪 = 人体元气增强。

<<特禀体质>>

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>