第一图书网, tushu007.com

<<中老年性保健养生术>>

图书基本信息

书名：<<中老年性保健养生术>>

13位ISBN编号：9787538009903

10位ISBN编号：7538009906

出版时间：2003-1

出版时间：内蒙古科学技术出版社

作者：刘相伟

页数：253

字数：200000

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

第一图书网, tushu007.com

内容概要

《中老年性保健养生术》一书，共分十三章，着重介绍了人体生殖系统生理与解剖，中老年性生活注意事项，性保健饮食与常用中草药，古代宫廷秘方与养生术，功能锻炼法，性功能障碍和泌尿生殖系感染的临床表现及其西药、中药、针灸、按摩、熏洗、涂搽、热慰、薄贴、药带、敷脐、热烘、穴位注射等针对性疗法。

本书内容丰富、文字浅显易学易施、实用性强，适合于专业医务人员和广大中老年朋友阅读。

第一图书网, tushu007.com

作者简介

刘相伟，一九五三年出生，毕业于白求恩医科大学，长春中医学院，现任辽宁中巨人体科学研究院院长。
从事人体科学保健康复方面的研究工作近三十年。
先后发表学术论文近30多篇，均获得较高的评价，在国内外享有一定声誉。
近十年来在老年病有延年益寿保健康复的研究方面有得特的

<<中老年性保健养生术>>

书籍目录

第一章 中老年性保健知识 男性生殖系统的解剖及生理关系 妇性生殖系统的解剖及生理关系 保持身心健康对性生活的重要性 性生活与年龄有哪些关系 中老年人性生活次数以多少次为宜 中老年人的性交时间多长为宜 性生活前应该注意哪些事项 性生活中应该注意哪些事项 性生活后应该注意哪些事项 当发现自己情功能障碍时怎么办 性生活对中老年人的身心健康有哪些影响 阴茎的大小、粗细、软硬在性生活中有何影响 如何认识壮阳药物及保健品的作用 哪些疾病对性功能有影响 哪些药物对中老年人性功能有影响 吸烟、喝酒、饮茶对性功能有何影响 性爱对中老年人的晚年生活尤为重要 男人是否也有更年期 为什么中老年人易发生阳痿 生命在于保养而非只在于运动第二章 食品类在保健治疗中的作用 一 豆类 黄豆 黑豆 蚕豆 红小豆 刀豆 绿豆 豌豆 二 米谷类 大米 小米 高粱米 玉米 面粉 糯米 荞麦 薏米 芝麻、黑芝麻 三 糖类 白糖 红糖 饴糖 蜂蜜 冰糖 ……第三章 家庭种植花木类在保健治疗中的作用第四章 性保健治疗中常用的中草药类第五章 药酒类第六章 茶及药茶类第七章 药浴类第八章 古代宫廷秘方第九章 中药性保健疗法验方类第十章 强身健体功能锻炼法第十一章 性功能障碍的临床表现及其治疗第十二章 泌尿生殖系感染的临床表现及其治疗第十三章 性病的预防附录 中医药概述

第一图书网, tushu007.com

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