第一图书网, tushu007.com

<<老老恒言白话图解>>

图书基本信息

书名：<<老老恒言白话图解>>

13位ISBN编号：9787538178784

10位ISBN编号：7538178783

出版时间：2013-3

出版时间：辽宁科学技术出版社

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

<<老老恒言白话图解>>

内容概要

《老老恒言白话图解:知老养老安乐忠告》将清代以前的中医养生学理论进行总结，是老年养生的经典著作之一。
《老老恒言白话图解:知老养老安乐忠告》将原书内容配以图片并白话解释，使原书艰涩难懂的文言文变得通俗易懂。
全书分五卷，第一卷介绍了睡眠、起床、饮食、散步等起居注意事项第二卷介绍了出门、会客、防疾、消遣、保健按摩方法第三卷介绍了客厅中家具的摆放位置第四卷介绍了卧室中各种寝具的用料及使用方法。
第五卷介绍了养生粥的做法及粥谱，并配有食物、药物的彩色图片。

第一图书网, tushu007.com

作者简介

作者为辽宁中医药大学第二附属医院教授，从事医史文献研究工作33余年，在国内很有影响。

第一图书网, tushu007.com

<<老老恒言白话图解>>

书籍目录

卷一 安寝 晨兴 盥洗 饮食 食物 散步 昼卧 夜坐 卷二 燕居 省心 见客 出门 防疾 慎药 消遣 导引 卷三 书室 书几 坐榻 杖 衣 帽 带 袜 鞋 杂器 …… 卷四 卷五

第一图书网, tushu007.com

章节摘录

编辑推荐

《老老恒言白话图解:知老养老安乐忠告》汇集各家养生思想、结合自身养生经验、介绍老年养生方法。

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