

<<从头到脚说健康光盘>>

图书基本信息

书名：<<从头到脚说健康光盘>>

13位ISBN编号：9787885078164

10位ISBN编号：7885078167

出版时间：1970-1

出版时间：九通电子音像出版社

作者：曲黎敏 主讲

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>

<<从头到脚说健康光盘>>

内容概要

《从头到脚说健康》由中医文化专家曲黎敏教授主讲，该节目是曲黎敏教授养生健康领域最系统、最完整、最深刻的力作。

曲黎敏教授以其深厚的国学功底、广博的中医文化知识为基础，从日常生活中常见的健康问题入手，以一种通俗易懂、风趣幽默的方式，讲解人体、分析人性，从病症、病因到养生方法，进行多角度、跨文化的阐述。

在节目中，曲黎敏教授——点出了生活中常见但不为人重视的生活陋习、养生误区以及大道至简的养生之路：好好吃饭，好好睡觉。

不生气，多做运动。

<<从头到脚说健康光盘>>

作者简介

曲黎敏，北京中医药大学副教授、硕士生导师，北京天人医易中医药研究院院长。曲教授先后获得北京师范大学语言文学学士、北京中医药大学医学硕士，具有深厚的国学素养，精通文字学、传统医学等。

多年来，曲黎敏教授一直致力于中华医道和中国传统文化的传播与推广，不仅

<<从头到脚说健康光盘>>

书籍目录

第一讲 病从何来第二讲 头发第三讲 脑第四讲 高血压 中风第五讲 情志第六讲 睡眠第七讲 做梦第八讲 五官（上）第九讲 五官（中）第十讲 五官（下）第十一讲 颈椎 两臂 手第十二讲 两腋 两肋 两肩第十三讲 皮肤第十四讲 乳房第十五讲 五脏六腑（上）第十六讲 五脏六腑（中）第十七讲 五脏六腑（下）第十八讲 女七男八第十九讲 大小肠姜葱蒜第二十讲 肛门 腰背第二十一讲 腿 总结

<<从头到脚说健康光盘>>

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>