

一百天学中医基础

吴鸿洲 方肇勤 程磐基 编著

上海科学技术出版社

中医百日通丛书

第十四週 · 361



· 中医百日通丛书

一百天学中医基础

吴鸿洲 方肇勤 程磐基

上海科学技术出版社



编者寄语

编写意图

进入新世纪,随着医疗保健知识的普及,人们对健康和医疗保健的要求也越来越高。单纯的西医药治疗方法已经不能满足日益增长的需求。而具有传统特色的中医药越来越受到青睐,并正在走向世界。人们不但选择中医药作为治疗疾病的手段,还希望了解、学习中医学,以掌握养生保健、防治疾病的方法。为帮助大家了解熟悉中医学,我们编写了这本小册子,力求用深入浅出、通俗易懂的文字,介绍中医基础理论。希望通过本书的学习,能够运用中医基础理论,更好地养生保健,并指导临床诊治疾病。

内容安排

本书按每天学习一小节内容安排,若干天完成一个单元,共十四周,约一百天。每周学习六天,前三周学习中医学发展概要、精气神、阴阳、五行学说;用五周左右时间学习脏腑、气血津液、经络、形体与官窍;用四周左右时间学习病因与发病、病机;用二周左右时间学习摄生与治则、治法。

学习要求

为使读者顺利完成学习任务,特提出以下要求。

1. 循序渐进 本书内容安排有内在联系,前后有衔接,当按顺序学习,无故不要随意打乱。

2. 理解弄通 对本书内容要真正理解弄通,切忌一知半解、囫圇吞枣。尤其是中医术语,要真正弄清楚内涵,并在理解的基础上适当背诵。

3. 掌握重点 对全书内容可分二个层次,掌握与了解。精气神、阴阳、五行、脏腑、气血津液、经络、病机、治则是要求掌握的内容,其他内容可一般了解。

编者

2002年5月

说明:本书编写过程中,梁尚华、管冬元先生参与部分内容的写作,特此说明并致谢意。



查看完整版

付费下载



【百万古籍库】

<https://www.fozhu920.com/list/>

【易】【医】【道】【武】【文】【奇】【画】【书】

1000000+ 高清古书籍

打包下载





【风水】风水命理资料合集_9500 本

阴宅阳宅、风水堪舆、八字命理、手相面相、符咒卦象、奇门遁甲、紫微斗数.....



【中医】中华传统医学资料大全_15000 本

针灸、推拿、正骨术、汉医、苗医、民间秘方偏方、药洒药方、祖传医术、珍本...



【道术】道家法术\茅山术\符咒术\气术_3000 套

修真秘籍、丹道、道家秘术、胎息功、内丹术、茅山法术、道家符咒、巫术、...



【武术】传统武术与现代搏击术_6200 册

少林、武当、太极拳、形意拳、八极拳、咏春拳、气功、散打、格斗、拳击、...



【集藏】经史子集库_13300 卷

【经史子集】楚辞、汉赋、诗集、词集、宝卷、正史、编年、别史、纪事本末、地理志...



【国画】传世名画 _ 6100 卷

唐、金、辽、宋、元、明、清 800 多位画家近 6000 多幅传世...



【县志】方志\地方县志\乡志\地理志_8100 册

府志、区志、乡志、地理志..... 此合集为全国范围地方县志\府志古籍影印电子版，...



【国学】中华古籍库—32 万册古籍书

32 万册《中华古籍库》【32 万册影印古籍 + 20 多亿字，带检索器和阅读工具】包括各地方志、日本内...

【更多】 >> <https://www.fozhu920.com/list/>