

借

本草綱目



BENCAO
GANGMU
YANGSHENG
YAOFANG
JINGXUAN

本草綱目

養生藥方精選

黃志杰 胡永峰 主編

湖北科學技術出版社

5 R289.5
647
主 编 黄志杰 胡永峰
副主编 余信之 陈智玲
编 者 黄志杰 胡永峰 李晓萍 余信之
陈智玲 杨岐黄 魏民众



本草纲目

养生药方精选

BENCAO
GANGMU
YANGSHENG
YAOFANG
JINGXUAN

湖北科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

本草纲目养生药方精选 / 黄志杰, 胡永峰主编. — 武汉:
湖北科学技术出版社, 2008. 3

ISBN 978-7-5352-3881-8

I. 本… II. ①黄…②胡… III. 本草纲目-养生(中医)-验方-汇编 IV. R281.3 R289.5

中国版本图书馆CIP数据核字(2008)第005870号

本草纲目养生药方精选

© 黄志杰 胡永峰 主编

责任编辑:李荷君

封面设计:王梅

出版发行:湖北科学技术出版社

电话:87679468

地址:武汉市雄楚大街268号

邮编:430070

湖北出版文化城B座12-13层

印刷:武汉市新华印刷有限责任公司

邮编:430200

787毫米×1092毫米 32开 7.5印张 插页 158千字
2008年3月第1版 2008年3月第1次印刷

印数:0 001-4 000

定价:15.00元

网址:<http://www.hbstp.com.cn>

本书如有印装质量问题 可找承印厂更换

前 言

祖国医学认为,人体健康应是五脏功能健全,阴阳协调平衡,气血精液充盛,智力发达,思维敏捷,意志坚定,耳聪目明,寐寤适时,皮肤润泽,肌肉结实,筋骨强壮,精力充沛。随着科学技术的发展,物质文化生活的提高,人们健康意识的不断增强,都渴望获得更多的养生保健知识和方法,提高健康水平。

健康长寿是人类共同愿望,我国劳动人民在与疾病斗争、维护身体健康方面积累了丰富的经验。明代伟大的医药学家李时珍历经27年编撰的《本草纲目》,记载有丰富的养生保健知识和方法。不仅是医务工作者的重要参考书,也是人们养生保健的良师益友。但由于篇幅巨大,文字古奥,检索不便而未能很好普及,至使许多如鼓应桴之鼓的良方沉睡于古籍之中,未能发挥其应有的作用。有鉴于此,为更好地发掘祖国医学遗产,进一步普及《本草纲目》养生保健知识和方法,为当今人们的健康服务,我们特编写了《本草纲目养生药方精选》一书。

该书收录《本草纲目》具有养生保健功能的药物116种,分补中益气、补益精血、强筋健骨、补肾壮阳、安神助眠、健脑益智、聪耳明目、美容养颜、益寿延年、保健药酒等十章,每一品种按别

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/>