

男女补肾强身 秘诀

刘天野 编著



217.1
60

哈尔滨出版社

新叶医学网 www.med2.cn 为您整理！

前 言

肾为先天之本,生命之源,主宰五脏六腑,肾气之盛衰,标志着人的机体强弱。所以,科学补肾对人们的健康长寿尤为重要。

本人广泛搜集了国内已出版的有关益寿养生法、长寿之道、名人养生法、长寿健身功法、验方、食疗和药膳等方面的知识;同时,选编了曾在《老年报》上发表过的一些作品并汇集成册,以飨读者。这些知识简单易懂,科学适用;有利于人们延年益寿,对男女补肾健身大有益处。

编 者

1997年10月

目 录

一、强身补肾妙法	(1)
气功与性生活	(1)
壮阳固精法	(3)
壮肾阳、疗遗精、阳痿功法	(5)
壮腰健肾功	(8)
强壮功	(9)
内养保健气功操	(10)
九转还丹功	(12)
大力功治遗精	(13)
气功治疗遗精	(14)
提肾功	(15)
返还功与性功能衰退	(16)
采日精月华功	(17)
丹田贯气法	(19)
马步大力功	(20)
铁裆功	(21)
阳痿	(24)
(一)内服法	(24)
阳痿	(26)
阳痿(肾阳衰弱)	(29)
更年期综合症(肾阳虚)	(30)
阳痿(中气不足)	(30)

更年期综合症(肾阴虚)·····	(31)
(二)外治法·····	(32)
(三)中西医结合疗法·····	(32)
阳强·····	(33)
(一)内服法·····	(33)
(二)外治法·····	(36)
(三)中西医结合疗法·····	(36)
遗精·····	(37)
(一)内服法·····	(37)
(二)外治法·····	(39)
遗精·····	(40)
遗精早泄·····	(40)
遗精(湿热下注)·····	(41)
遗精(阴虚火旺)·····	(42)
遗精(肾气不固)·····	(42)
阳痿遗精·····	(43)
二、妇女调养气血方·····	(44)
滋血汤·····	(44)
当归地黄丸·····	(44)
补中汤·····	(45)
三才大补丸·····	(45)
延龄护宝丸·····	(46)
和肝归脾汤·····	(46)
千金止带丸·····	(47)
延胡索散·····	(48)
乌金丸·····	(48)

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/>