

中医康复理疗培训 中医康复理疗 湖北中医药大学临床学院

产品名称	中医康复理疗培训 中医康复理疗 湖北中医药大学临床学院
公司名称	湖北中医药大学中医临床学院
价格	面议
规格参数	
公司地址	武汉市武昌区昙华林188号湖北中医药大学(老校区)
联系电话	13971306274 13971306274

产品详情

中医养生---常见药材养生

黄芪——补0气，益元气而补三焦。黄芪不仅能扩张冠状动脉，改善心肌供血，提高免0疫功能，而且能够延缓细胞衰老的进程。

当0归粉——补0血活0血

人参——人参能“补五脏，安精神，中医康复理疗培训班，定魂0魄，止惊悸，除邪气，明目开心益智。

三七——防治心0血管疾病0，人0参补0气第0一，三七补0血第0一，味同而功亦等”，称三七为“中药之zui珍贵者。

穿心0莲——利湿消0肿，宜于降火去燥

金银花——清’热解0毒，既可清透疏表，又能解血分热毒，尤为治阳性疮疡的要药。

黄连——清热燥湿、泻火解0毒

何首乌——益精髓，中医康复理疗培训，降0血糖，久服长筋骨，益精髓，延年不老

车0前子——祛痰止0咳，能利水消0肿，养0肝明目，祛痰止0咳。特别对于慢性气管炎及高0血压、尿0道炎、膀0胱炎有很好的治0疗0效果。

芹菜有水芹与旱芹之分，水芹指生长在“江湖陂泽之涯”者，而人们经常食用的多为生长于平地的旱芹。芹菜含有多种对人体有益的营养物质，其中蛋白质和磷的含量比瓜类菜高1倍，钙与铁的含量是西红柿的20倍。特别是芹菜叶的营养更为丰富，据对芹菜13项营养成分的检测，发现芹菜叶有10项指标明显超过了其茎秆。芹菜有诱人的芳香气味，能够开胃健脾，增进食欲。常食芹菜可促进儿童的生长发育，还可缓解动脉硬化、神经衰弱、便秘等多种中老年疾病。将芹菜切碎与粳米共煮制粥，是老少咸宜的春季养生保健佳品。

中医认为，春季肝阳易亢，肝风易动，可致高血压病人血压升高，情绪波动时甚至发生中风。芹菜性味甘凉，中医康复理疗，医学研究具有平抑肝阳、降血压的作用。治疗高血压，可用鲜芹菜250克洗净，水焯后切碎捣烂，挤出汁水，每次服1小杯，1日2次。一般7日为一疗程，连用4周后，可改为每日口服1次。长期食用，有保持血压平稳之功效。

养生形体的锻炼，不仅可以促进气血的流畅，使人体筋骨劲强，肌肉发达结实，脏腑功能健旺，增强体质，还能以“动”济“静”，调节人的精神情志活动，促进人的身心健康。因而，运动养生是养生活动中的一个重要的内容。

对于形体的锻炼，一般要求运动量要适度，做到“形劳而不倦”。并且要求循序渐进，持之以恒，方能收到动形以养生的功效。

中医康复理疗培训-中医康复理疗-湖北中医药大学临床学院(查看)由湖北中医药大学中医临床学院提供。湖北中医药大学中医临床学院实力不俗，信誉可靠，在湖北武汉的教育、培训等行业积累了大批忠诚的客户。湖北中医药大学带着精益求精的工作态度和不断的完善创新理念和您携手步入**，共创美好未来！同时本公司还是从事湖北传统医学师承拜师，湖北传统医学师承培训，湖北传统医学师承出师的服务商，欢迎来电咨询。