

# 健康管理师课程 湖北中医药大学 神农架健康管理师

产品名称	健康管理师课程 湖北中医药大学 神农架健康管理师
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

中医指中国传统医学，即中医学。它承载着五千年中国医学文化的积淀，集结了古代人民同疾病作斗争的经验和知识，在古代朴素的唯物论和自发的辩证法思想指导下，通过长期临床实践逐步形成并发展成的医学理论体系。

中医学以中医的阴阳五行、气血津液、五脏六腑等理论为基础，气、血、津、精为体的组成，通过望闻问切四法，健康管理师报考，分析病因病机，确定病症、分型，从而确立治法治则，后运用各种中医传统疗法，神农架健康管理师，如中药、针灸、生活作息、饮食习惯等指导、治疗或调理身体。由此可见，作为中国的国粹，中医有着庞大而又完善的系统;作为一门学科，中医又有各个子学科，因此看中医绝不等同于吃中药。中医除了吃中草药，还有针灸、拔罐、推拿、药浴、刮痧、食疗等各种方法，且疗效甚佳。

### 寒性体质养生

您有手、脚、耳朵、小腿等感觉特别寒冷的苦恼，不妨试试专家推荐的几款能帮您抗击寒冷的冬季“暖身餐”。

### 暖身攻略1多吃北豆腐和血豆腐补充营养

#### 适宜人群减肥和偏食的人

如果除了手脚冰凉，身上其他地方也不那么暖和，可能是营养不平衡类型的寒症。经常减肥、偏食的女孩子和正值中年的女性，最容易维生素摄入不全面，而维生素B2又是平衡人体耗氧量的重要物质。所以，属于这种怕冷的人群，又不想吃胖自己来抗寒，健康管理师培训，可以多吃一点北豆腐烧白菜。

北豆腐里含有丰富的维生素B2，能减少平时工作、活动时体内热量的快速散失，不但有助于保持能量，健康管理师课程，还能帮您提高耐寒能力。

养生先养心。这是刘昕明的一句养生之道语录，养心就是要心胸宽阔，遇事不怒，想得开，放得下，始终保持心情的平和。对人与事，不要斤斤计较，要对他人多着想。过喜伤心，过怒伤肝，忧伤脾，悲伤肺，惊恐伤肾，要保持正常的七情。健康管理师课程-湖北中医药大学(在线咨询)-神农架健康管理师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（[www.zyys100.cn](http://www.zyys100.cn)）拥有很好的服务与产品，不断地受到新老用户及业内人士的肯定和信任。我们公司是全网商盟认证会员，点击页面的商盟客服图标，可以直接与我们客服人员对话，愿我们今后的合作愉快！同时本公司（[www.whctyxsc.com](http://www.whctyxsc.com)）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。