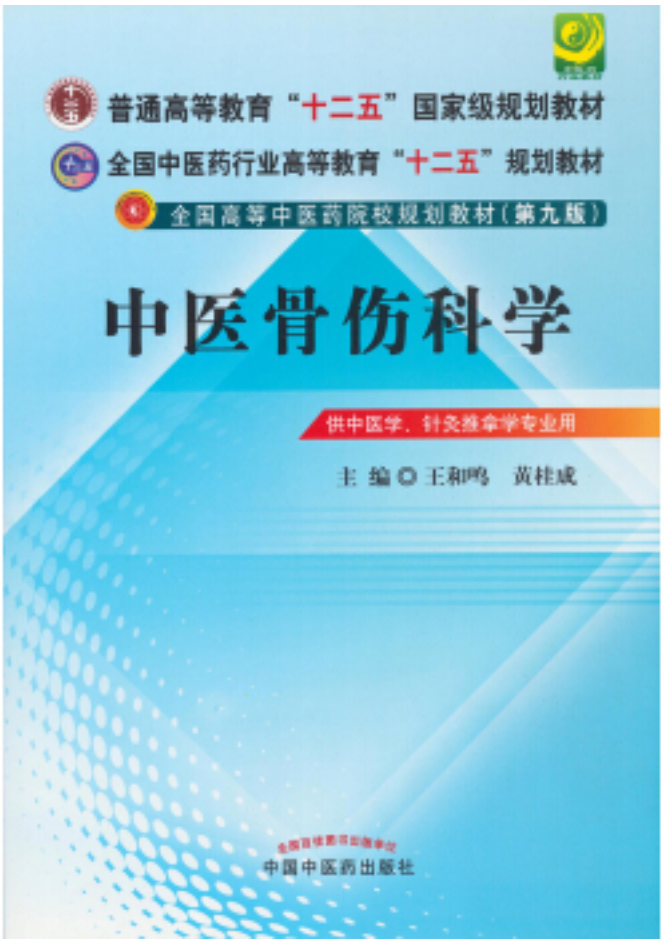
# 全国中医药行业高等教育“十二五”规划教材·全国高等中医药院校规划教材（第9版）：中医骨伤科学




全国中医药行业高等教育“十二五”规划教材·全国高等中医药院校规划教材（第9版）：中医骨伤科学_下载链接1_

著者:王和鸣，黄桂成 编

全国中医药行业高等教育“十二五”规划教材·全国高等中医药院校规划教材（第9版）：中医骨伤科学_下载链接1_

## 标签

## 评论

好厚，看着还行吧，字迹清晰，应该是正版。

---
赞值得拥有 非常完美

---
书是正版的，物流一贯地快

---
发货速度快，印刷质量好。支持

---
说好的八号到，确实八号到了，但只是到了快递点，今天才给送过来，还是下午送的。。。

---
不错不错不错不错，几十块钱东西还包邮，比实体店便宜，

---
正版教科式书籍，内容丰富，通俗易懂，快递也很快！

---
多读书，没想到工作也用得着，加油

---
书早就拿到了，忘了评价，真的不错，下次还买

---
正版，印刷没啥问题，物流挺快，好评！

---
质量很好，是正版，值得购买

---
京东就是快。昨天买今天到。。。

---
非常的好，字正，我很满意。

---
书本不错，应该是正版，很便利

---
为什么一个出版社，一起买的书，有的有收缩膜，有的书却是裸奔的

---
收到了，在京东买到了好几多个呢

---
觉得不错，不过当时自己想买的是涵盖所有骨病的书，与自己的要求有点出入

---
书是好书，字迹清晰，学习的好工具，就是灰尘有点多。

---
质量很好，物流速度快，很愉快的一次购物哦

---
还会再来买其它的

---
快递的速度真快啊，质量不错

---

商品很好用，物有所值，推荐！

---
满意、实用、好用

---
不错.....

---
封面被折了，别的没什么问题。

---
不错。。。。。。。。。。。

---
非常满意的一次购物

---
十分好，实用，好用，值得拥有！

---
不错，正版，字迹清楚，纸张质量很好

---
商品十分给力值得购买与收藏

---
好书，字清质佳内优，物流快

---
给同事买的书，不错，挺好的。

---
精典书籍，是我生活的好伴侣。

---
正版，质量好，物流配送快

---
正版！绝对正版！

---
物流好，书也不错

---
挺好的啊！好不错

---
很好，很实用，学习学习

---
送货很及时，很好

---
正版教材，不错

---
挺好的 正版

---
使用使用很实用

---
很不错，速度快

---
不错的一本书

---
大学教材

---
京东自营就是垃圾！都是盗版书！下列现象比比皆是！因已签名拒绝换书！

---
vhjnbb

---
纸的质量不是很好

---
第一次京东购物，第一印象，慢！！！从订单下单到确认要一天时间，分配物流到收到货省内要三天！而tb从下单到收到货共需两天！！所以你们想要强大，想有竞争力，还有很多工作需要做！

---
好评

---
可以

---
不错

---
好

---

正版

---
很好

---
这书质量还可以

---
好啊～！！！！！！！！

---
不错不错不错

---
不错不错啊～～～书内容好，质量也不错～

---
还没看等着有空的时间再慢慢看，闲着也是闲着

---
.....

---
好！好！好！

---
学习中医，继承中医，弘杨中医，作为中医师，温故而知新，此书胜似金山银山。

---
学中医多年，回头再看体制内的教材，很多基础的东西还是很有用的！

---
快递很快，书是正版，纸张可以，字体合适，

---
一次买了一整套，整体不错，要是卖家多买能够给优惠就好了

---
书本质量较好，送货也很快

---
很好，书是正版！快递小哥态度不错！？

---
这书好用。

---
支持正版！

---
没看，质量可以，书丢了笔记丢了，心痛

---
我能说我是把弄教材丢了才买的吗-_-||

---
书本纸质好，正版，包装好正规，速度快，好好好，[强][强][强]一口气买了八百多元，希望以后有更多优惠

---
真的不错，正版好评，推荐一下

---
买回去的，应该挺不错的了

---
自学起来

---
我购了许多类式的医药书，一看就是正版。是值得拥有的好教材。

---
书非常好，非常专业`

---
书很好，快递好快，老师推荐的书，没事翻一翻，增长见识，京东老客户了

---
中医骨伤科学，自学!

---
满意

---
经典教材，内容全面，丰富精炼，纸张耐用，字迹清晰，讲解透彻，中医专业，无缺页漏页，很实用，包装结实，店家服务态度好。

---
非常好的书，对考证书很有用。

---
升职称用的新版教材，买来学习一下，

---
专业指导，实用性强，值得学习。

---

挺好的挺好的挺好的挺好的

---
价格实惠东西不错实惠

---
中医自学

---
非常满意!

---
正品，物流也超级给力，推荐!

---
，，，，，，，，，，，，，，，，，，，，，，，，，，，，，

---
还可以

---
京东多快好省，京东多快好省

---
学中医教材

---
好书就是好书 不错

---
还不错

---
书是正版，还未看

---
很棒，物流有点慢，可能是调货的原因。

---
很好很好很好很好很好很好！应该是正版。

---
学习学习。。。。。。。

---
实用

---
正版不错

---
特别的好啊！

---
?逼哄哄

---
书是正版，物流快。

---
質量跟速度都perfect

---
还不错。

---
正版的，挺好，已经开始看了

---
书侧面有污渍，，快递速度快这一点要肯定

---
很好，希望能考过

---
给别人代购，一直光顾京东。

---
好书

---
哎呀妈呀，这么大的减价活动，买了好多的书，要一本一本的评论我也是好醉呀

---
东西还行吧，京东多快好省，东西物美价廉

---
好好好好好好好好好好好

---
非常好，很实用

---
好书啊。晋级就靠你了思密达。

---
很不错的教材。京东买书还是很不错的。又能保证是正版。给我爸买的教材，他很喜欢的。

---
给别人买的，质量很好的，不错!

---
正版？比**贵

---
正品，完整无缺的书

---
可以，是正品

---
不错，已经在看了

---
买贵了。。。不错。。。纸质不怎么好

---
啊

---
！！！！！！！！！！！！

---
非常好

---
书是我喜欢的书，而且快递员也是棒棒的!

---

快，好

---
全国中医药行业高等教育“十二五”规划教材·全国高等中医药院校规划教材（第9版）：中医骨伤科学

---
帮人买的，反馈还不错吧。

---
？。。。。。。好好好好

---
挺好的，印刷清晰，包装完好，值得购买。

---
很好的书，值得看

---
很好，正版的！

---
还可以！正版吧

---
很好的书，中医骨伤入门必备

---
整体包装比较破，这本放在最下面还给我折了一个角，不开心，不过正品没的说

---
。。。。

---
现在市面上的教材很混乱。不知到底用哪个好！！！

---
不错！！！！！！！！！

---
看书写字聆听阅读生活，就是这么简单

---
学习用的，没判断好是否正版

---
是正版

---
正版教材，质量好，物流快!

---
当上课用的教材，比较好

---
服务满意的，物有所值 。

---
书是正品，已经不是第一次在京东买教科书了，就是价位不怎么优惠啊，希望以后这类产品便宜些

---
~~~
~~~

好啊啊啊啊啊啊啊啊啊啊啊啊啊啊

---
货到付款的书第二天就到了!而先付款的书要三四天还没有到!

---
不错，很实惠。物流速度还可以。

---
Vhfkokbrkmjnj

---
好好好好好好啊好好

---
挺好

---
不评论书的内容，个人觉得京东送货服务一如既往地好

---
非得用照片，真麻烦，东西不错，挺好

---
买来送人的，送出去了，不知道质量怎么样

---
还不错哦！^_^^_^

---
评价非要打十个字刚好

---
大学的教材，必须买。

---
好，151515515151

---
反正教材都那样吧，，，说好不好，说坏不坏。。书寄来的时候有点受潮

---
因工作需要买的，很好，正版图书

---
是第九版教材，学校规定使用的，质量不错，是正版。

---
几十块搜索框想你想吃

---
前言
中国已进入小康社会，人口老龄化时代已来临，“寿而康”成为人们幸福的追求。没有一个健康的身体，即使有更多的物质财富，也是空的。健康不能用钱去购买，健康也不能人到老年或有病时才去重视。古人说：“临渴而掘井，斗而铸锥，不亦晚乎”，健康长寿，要靠锻炼、靠积累。中医学讲究：“养生”。那种“生死由命，富贵在天”的宿命论思想是错误的。我国有几千年文化传统，其中有不少宝贵的“养生”理论与实践，值得我们去继承、去发展。
中医有一本经典著作——《黄帝内经》，其中的养生理论值得我们学习与实践。
名中医刘炳凡先生的《养生颐年古今鉴》对《黄帝内经》有关养生理论概括得很好。他说：“《黄帝内经》集战国前养生思想、实践之大成，记述了不少养生学方面的理论和方法。概而言之，
可分为四个方面：一是精神的摄养。如《素问。上古天真论》：‘恬淡虚无，真气从之，精神内守，病安从来?’二是适应外界自然环境的变化。《素问．四气调神大论》说：‘春夏养阳(以养其生发之本)，秋冬养阴’，以遂其收藏之根，
以顺其自然也。三是注意饮食起居的调节。要求人们饮食有节，起居有常，不可‘以酒为浆，以妄为常(晨昏颠倒)’(《上古天真论》)。四是注意锻炼身体。主张‘法于阴阳，和于术数’，如吐故纳新、气功之类。在劳逸方面，强调劳逸适度，避免‘久视’(伤血)、‘久立’(伤骨)、‘久行’(伤筋)、‘久卧’(伤气)、‘久坐’(伤肉)等”。
刘氏又说：“《黄帝内经》认为，精宜藏，主张节制房事，以固其精；气宜调，主张劳逸结合、慎饮食、和七情，以调其气；形宜动，主张和于术数，形劳而不倦，以运动形体；神宜静，主张恬淡虚无、调和情志、顺应四时，以调其神。精气神协调统一，长盛不衰，则内使生命力旺盛，外可与自然界协调，从而保持健康与长寿。”
从上述足见，《黄帝内经》的养生理论是科学的，值得我们去继承与发扬。至于运动体

形，吐故纳新方面，几千年来有形式多样的宝贵传统，如五禽戏、八段锦、太极拳之类是中华文化的瑰宝，进行承传与推广，可以提高人民的健康水平。
近20多年来流行一句话——“生命在于运动”。这句话提醒人们，要注意运动以增强体质。现代人整天坐办公室，看电视、电脑已占24小时的大部分，出入以车代步，上楼乘搭电梯，机械代替肢体的活动，形成好逸恶劳，导致血脉流通不畅而疾病缠身!
“生命在于运动”，的确是一句有针对性的话。不过，这句话只说对了一半。当这句话见于报章之后不久，老年人因运动量过度而出事者不少。某大学医学教授就在运动中倒于运动场上!
“生命在于运动”必须加上“运动不能超量”才算完整。有关这一问题。700多年前名医华佗已经讲得很清楚。华佗对他的弟子吴普说：“人体欲得劳动，但不使极耳，动摇则谷气得销，血脉流通，病不得生，譬犹户枢，终不朽也。”华佗的“但不使极耳”，提示“运动要注意适量。”这是一句至关紧要的话，应加在“生命在于运动”之后，成为“生命在于运动，运动要注意适量”，才是完整的格言也。

---
书应该是正品，质量不错，快递也很给力，好评!

---
好评，好好好好评！！

---
学校下学期要买的课本，就是酱紫，没什么好评价的

---
挺好的。这书是正版。

---
发货非常快，价格便宜还打折，非常满意。

---
不错，比较便宜，质量还好!

---
好的，正版书，考试用

---
经典教材，有助于学习

---
正版教材，值得信赖。

---
很好的工具书，

---
东西不错 一会还会再买的

---
正品课本，比学校的便宜

---
不错的书，价格便宜，建议在网上购买。

---
正版教材！质量不错，跟学校的一样 ，很优惠

---
正版的，优惠的时候买的，便宜好多

---
全国中医药行业高等教育“十二五”规划教材·全国高等中医药院校规划教材（第9版）：中医骨伤科学_下载链接1_

## 书评

全国中医药行业高等教育“十二五”规划教材·全国高等中医药院校规划教材（第9版）：中医骨伤科学_下载链接1_