

儿童健康讲记：一个中医眼中的儿童健康、心理与教育



[儿童健康讲记：一个中医眼中的儿童健康、心理与教育_下载链接1](#)

著者:李辛 著

[儿童健康讲记：一个中医眼中的儿童健康、心理与教育_下载链接1](#)

标签

评论

此用户未填写评价内容

非常感谢京东商城给予的优质的服务，从仓储管理、物流配送等各方面都是做的非常好的。送货及时，配送员也非常的热情，有时候不方便收件的时候，也安排时间另行配送。同时京东商城在售后管理上也非常好的，以解客户忧患，排除万难。给予我们非常好的购物体验。 Thank you very much for the excellent service provided by Jingdong mall, and it is very good to do in warehouse management, logistics, distribution and so on. Delivery in a timely manner, distribution staff is also very enthusiastic, and sometimes inconvenient to receive the time, but also arranged for time to be delivered. At the same time in the mall management Jingdong cust

众天后亲身受益，良心推荐！孙俪，林熙蕾，甘薇微博力荐！
邱老师好孕瘦身饮食法，破除怀孕迷思

适读人群：对儿童健康、儿童心理、教育感兴趣的读者

本书的内容是李辛老师在游学期间，由各地友人安排的六次公益讲座的汇总和重编。当时听众多为年轻的父母，大家都关切孩子和自身的身心健康，也希望了解中医和心理等相关的内容，所以本书的内容围绕儿童身心健康展开。

★关于儿童身心健康的专题讲座整理及汇编★徐文兵梁冬联袂推荐

★本书内容源自李辛老师在上海、北京、汉堡、柏林的多次关于儿童健康的专题讲座，涉及儿童健康与调理思路、儿童的精神健康、儿童的心理健康与教育等内容。

内容简介

本书内容源自作者在上海、北京、汉堡、柏林的多次关于儿童健康的专题讲座，涉及儿童健康与调理思路、儿童的精神健康、儿童的心理健康与教育等内容。

作者认为儿童的健康不仅仅局限在身体，其心理-情感模式、精神特质、家庭环境、生活方式、父母的认知与精神状态、教育文化的观念与方法，都是关系孩子健康成长的重要因素，而且密不可分。这就需要我们父母跳脱单一学科的认知局限，去认识儿童的丰富生命。

[illegible]

好好生活，用力去爱，即使遇到悲伤挫折也不要沮丧，这世界总有不期而遇的温暖和生生不息的希望，永远别忘了有人在爱你，胜过一切。温柔以待这个世界，这个世界也会温柔待你！趁着京东打折，为家人亲朋挑一些他们称心的礼物？，让这个气温骤降的季节暖暖的哈哈谢谢京东人！

还没有看，冲着销量买的，应该不错。

温暖有力的医学读物 感谢京东自营给我的图书推荐分享

身体很好的人或者大多数的小孩子，一发烧就会烧到39度、40度。
30岁以上的成年人最近两年发烧到过39度的，那说明身体不错！因为正气比较足，能够激烈反应。所以有时候当你生病的时候，看起来是很痛苦，其实是你身体能量很高，可能处在第一或者第二阶段；如果你看起来身体还不错，平常没有什么不舒服，也没什么反应，有可能处在第三或第四阶段。
如果你一有不舒服就去看医生、吃药、挂盐水，尽快把很多症状都“摆平”了，身体没有症状，你以为成功了，但是有可能你从原来的第一或第二阶段，经过“治疗”，到了第三或第四阶段。

很多观点都颠覆了以前的认知～这么多明星推荐相信肯定有用～现在孕三月，赶紧看完控制起来饮食～加油加油

这本书是比较精美，里面都是彩页，介绍很多推荐的配餐，里面的纸张是比较厚的，质量很好。主要以推荐配餐为主

别人推荐的 说不错 正在看 希望缓解孩子生病带来的焦虑

主旨在于除湿 降火 我觉着 我湿气没那么重 先试试

之前看到孙俪在微博上推荐过，买来送给好朋友，希望新时代的我们能在中医这种传统文化中找到身心健康的归宿。

正在看，内容基本可以实行，书有轻微损坏。

给老婆买的，学习健康生宝宝。

本书内容源自作者在上海、北京、汉堡、柏林的多次关于儿童健康的专题讲座，涉及儿童健康与调理思路、儿童的精神健康、儿童的心理健康与教育等内容。作者认为儿童的健康不仅仅局限在身体，其心理-情感模式、精神特质、家庭环境、生活方式、父母的认知与精神状态、教育文化的观念与方法，都是关系孩子健康成长的重要因素，而且密不可分。这就需要我们父母跳脱单一学科的认知局限，去认识儿童的丰富生命。除了具体而微地提到儿童健康方面的常识，更难能可贵的是本书从观念和认识上，与照顾孩子的老师、家长和其他陪伴者分享，学会观察，觉知自己的状态，安顿好自己的身心，就更能给予孩子，让自己健康，让孩子健康。

很棒的一本书，从备孕到孕期再到坐月子，饮食调理统统掌握，内容比较全，扫二维码还有制作视频，快递哥哥很赞，送货很快！??

小兔子要上床睡觉了；它紧紧抓著大兔子的长耳朵，要大兔子好好地听它说。
“猜猜我有多爱你？”小兔子问。“噢！我大概猜不出来。”大兔子笑笑地说。
“我爱你这么多。”小兔子把手臂张开，开得不能再开。
大兔子有双更长的手臂，它张开来一比，说：“可是，我爱你这么多。”
小兔子动动右耳，想：嗯，这真的很多。
“我爱你，像我举的这么高，高得不能再高。”小兔子说，双臂用力往上撑举。
“我爱你，像我举的这么高，高得不能再高。”大兔子也说。?? 这真的很高，小兔子想：希望我的手臂可以像大兔子一样。
小兔子又有个好主意，它把脚顶在树干上倒立了起来。他说：“我爱你到我的脚趾头这么多。”
大兔子一把抓起小兔子的手，将它抛起来，飞得比它的头还高，说：“我爱你到你的脚趾头这么多。”
小兔子笑了起来，说：“我爱你像我跳得那么高，高得不能再高。”它跳过来又跳过去。
大兔子笑著说：“可是，我爱你，像我跳得这么高，高得不能再高。”
他往上一跳，耳朵都碰到树枝了。
跳得真高哇——小兔子想——真希望我也可以跳得像它一样高。
小兔子大叫：“我爱你，一直到过了小路，在远远的河

朋友推荐的 买来还没有时间看

推荐的书单里选出来的，和儿童健康指南对照着看，树立全面的健康育儿观

书的质量挺好的，物流也很快！

物流很快，包装整洁，纸质不错，刚开始看，读后续评……

大爱，正品，可以好好照顾宝宝了 值得购买

某微博推荐的，遇上春节，还没开始看。

很好的书，实用啊，好看啊好看啊好看啊

书很好 开始看了，感觉看一遍不够 需要再好好消化一下 中医博大精深啊

孙俪在微博上推荐这本书 京东活动买的 开始拜读

爸爸买给我学习的，对待孩子的事情，什么都不能马虎。

京东没错，错的是出版社，没有目录，没有前七页，被替代的是倒装的252页至最后，也是无语了，我要联系出版社。

很是正版，我只要买书，都会选择在咱们京东上买书，京东经常搞优惠活动，可以省不少钱呢，而且字迹都会很清晰，最重的是京东是自建物流体系，特别重视顾客的购物体验，比如配送时效，再比如配送时送货小哥的服务态度，都很令人满意。而且，京东的包装也很用心，如果是塑料袋包装，京东考虑了重复使用这个塑料袋的效用问题，特备环保！

这本书挺好的，教授推荐的，值得一读。京东物流很快到了。

百科烽火戏诸侯，本名陈政华。1986年11月8日出生于浙江省杭州市淳安县。中国网络作家富豪榜当红上榜作家，纵横中文网专栏作家，网络小说新一代人气作家。代表作《极品公子》《陈二狗的妖孽人生》、《天神下凡》、《雪中悍刀行》。2013年12月3日，2013第八届中国作家富豪榜品牌子榜单“网络作家富豪榜”重磅发布...

把儿科、中医，育儿一并融合，对于被西医占领的儿科阵地真的很有必要，而且徐文兵、梁冬联合推荐

同学强烈推荐的，有一定的用处

文字很清晰，是本很好的书，仔细阅读里边有很多的知识。

很不错的一本书，值得推荐，通过这本书更清楚的了解自己和孩子

中医与生活实践相结合的作品

纸张质量非常好，与卖家描述的完全一致，非常满意,真的很喜欢，完全超出期望值，发货速度非常快，包装非常仔细、严实，防震措施也不错，物流公司服务态度很好，运

送速度很快，很满意的一次购物。整体性价比也比较高，很划算。
对于这本书，其实来说还是值得一读

非常好，物流速度超快，包装完好无损，服务态度很好，推荐购买，支持京东！！！书籍均为正品！！

这本书很好，能对儿童的健康更加了解，大爱

瘦孕一书，认认真真看完，对于啥也不懂，那就多看看书，虽然有些不能完全做到，但是大体还是可以的，比如预防水肿，下午四点后不再吃水果或是叶绿菜那些，控制体重等，都可以学习，挺好的书！全五分好评

非常赞的一本书！

很好的一本书，浅显的医学知识，贴近生活，介绍给大家

万物皆有因果，只有了解才能对症下药。孩子的爱也来源于对其自身的了解！此书绝对值得收藏

吾消费京东商城数年，深知各产品琳琅满目。然，唯此宝物与众皆不同，为出淤泥之清莲。使吾为之动容，心驰神往，以至茶饭不思，寝食难安，辗转反侧无法忘怀。于是乎紧衣缩食，凑齐银两，倾吾之所有而能买。东哥之热心、快递员之殷切，无不让人感激涕零，可谓迅雷不及掩耳盗铃儿响叮当仁不让世界充满爱。待打开包裹之时，顿时金光四射，屋内升起七彩祥云，处处皆是祥和之气。吾惊讶之余甚是欣喜若狂，呜呼哀哉！此宝乃是天上物，人间又得几回求！遂沐浴更衣，焚香祷告后与人共赏此宝。人皆赞叹不已，故生此宝物款型及做工，超高性价比之慨，且赞吾独具慧眼与时尚品位。产品介绍果然句句实言，毫无夸大欺瞒之嫌。实乃大家之风范，忠义之商贾

我为什么喜欢在京东买东西，因为今天买明天就可以送到。我为什么每个商品的评价都一样，因为在京东买的东西太多太多了，导致积累了很多未评价的订单，所以我统一用

段话作为评价内容。京东购物这么久，有买到很好的产品，也有买到比较坑的产品，如果我用这段话来评价，说明这款产品没问题。而且领券更优惠。购物很嗨皮。

质量非常好，与描述的完全一致，非常满意,真的很喜欢，完全超出期望值，发货速度非常快，包装非常仔细、严实，物流公司服务态度很好，运送速度很快，很满意的一次购物，经常购买，每次都这么迅速，如果经常搞活动的话，会更好，多买点，还是可以的，会一如既往的支持，先赞一个

买来囤货介绍看了一下，还不错，字体够大，质量也不错，有问有答很实用

听了医生的推荐，买了一本，主要是学习其中的理念。最重要的是买了一定要

京东，一如既往的快！辛苦快递员了，很赞。包装完好，看了几页，不错，积少成多，慢慢看，用心看，希望有所帮助！

刚刚才拿到，预计迫不及待在看看了

超爱！一个对自己和世界，勇于真实、直面虚伪的gentleman

经常网购，总有大量的包裹要收，感觉写评语要花掉我大量的时间和精力，所以在一段时间里，我总是不想去评价或随便写写。但是，有点对不住那些辛苦工作的卖家客服、仓管、老板。于是我写下这一小段话，给我觉得能拿到我五星好评的卖家的宝贝评价里面以示感谢和尊敬。首先，宝贝是性价比很高的，我每次都会先试用再评价，虽然宝贝不一定是最好的，但是在同等价位里面绝对是表现最棒的。京东的配送绝对是一流的，送货速度快，配送员服务态度好，每样东西都是送货上。希望京东能再接再厉，做得更大更强，提供更多更好的东西给大家，和更优质的服务，为京东的商品和服务点赞！

正版图书，送货快！下单第二天就到了！给力！满分好评！

不错不错不错不错不错

很不错的一本书，值得推荐。

书的封皮有折痕，快递过程中有破损，背面左下角轻微变形和擦伤并且染成黑色

很不错的书，物流也很快，好评！

中医调理，从小做起

老朋友推荐了这本书，之前看过作者的一些内容分享，这本书很棒，涉及发烧、积食等孩子健康相关的方方面面。
对于没有专业知识只能过依赖医院又想学习的家长来说，这本书无疑是最合适的之一。

送货快，娘娘推荐买来学习

很好很不错，这本书，朋友推荐的。看看对以后有用

拿到书发现，真的很厚。

昨天下午定的，今天一早就送到了，配送货很快。

看作者的照片。其貌不扬。其书大善。

看了网上推荐买的，确实很实用，也学到很多东西

挺不错的书，一些中医的观点挺好，不过普通人要掌握还是要花点心思

给孩子买的，怎么健康，养生，从娃娃抓起

京东送货方便快捷，希望多有活动就好了。

很好的一本书，以前对育儿有个误区，这里讲的很好，很实用

还可以，听一位朋友介绍才买的

趁着618，买了好多，慢慢看！

不可多得的好书，早读早受益。

娘娘的推荐，希望可以抚平我新妈妈狂躁的内心

很棒的书，质量不错，好好学习

东西很好啊，喜欢京东，感觉写评语花掉了我大量的时间和精力！所以在一段时间里，我总是不去评价或者随便写写！但是，我又总是觉得好像有点对不住那些辛苦工作的卖家客服、仓管、老板。于是我写下了一小段话，给我觉得能拿到我五星好评的卖家的宝贝评价里面以示感谢和尊敬！首先，宝贝是性价比很高的，我每次都会先试用再评价的，虽然宝贝不一定是最好的，但在同等的价位里面绝对是表现最棒的。京东的配送绝对是一流的，送货速度快，配送员服务态度好，每样东西都是送货上门。希望京东能再接再厉，做得更大更强，提供更多更好的东西给大家。为京东的商品和服务点赞

买给自己看的，是一个知名公众号推荐的，看起来

这本书中很多页都是重影字，看的人眼晕。无语，啥也不说了，看图吧

帮媳妇买的，准备怀宝宝了。朋友推荐的这本书非常好，买来和媳妇一起学习一下

朋友推荐购买，喜欢京东的书，经常购买

刚买，还没看，翻了翻，感觉还不错。回头看了再追评。

书不错，可是物流太慢了。这送货速度……再也不想买了。客服就一句话，耐心等待……无语……送货速度我一颗星都不想给，没办法才选的。

哈哈哈哈哈哈哈哈好好好哈哈哈哈哈哈哈哈哈哈好好

好评好评好评好评好评好评

还可以还可以还可以可以。

当称职的妈妈，朋友推荐读本，研读中，送货快，包装好，一直信赖京东

真是一本好书，每个妈妈都应该买来看！不要做坑娃的妈妈了！看了就知道自己养育哪里不对。只要能提升自己的学习能力都会砸重金买来学习。思维导图四本书都买了。

开始喜欢旅游卫视梁冬主持的国学堂，通过国学堂了解了很多中医人，后来关注梁冬的正安聚友会，然后知道了李辛，很多我以前脑洞大开想过的问题，在他那里得到了洞悉般的印证和拓展，真正的医者！

ra fa vadf vd vads zcrdg
er如果搞爱人发生发斯蒂芬上档次的撒AAR大东西重新做测下新从v

养孩子，任重道远，和她一起成长，学无止境，希望对她的成长有帮助

书不错，看孙俪微博推荐的。虽然中医有些枯燥，但为了孩子健康，还是应该多了解一下！

偶尔看见的书，评论不错所以买来看看。作为新手妈妈，这本书还是给了我很多指引。

这套书很好，首先是奔着梁冬去的，但是听了徐文兵老师的课后也被吸引了，所以就买了这一套关于中医养生的书，学习一下，也体验一下中国的传统文化。印刷质量很好。很值得读的一套书。

不错不错不错不错不错不错

买回来学习学习，有的东西还得多看几遍受益匪浅，开始是看孙俪推荐的，所以买了。

被许多人安利过的一本儿童健康书籍，包装的很仔细，文章内容也不错，不仅对儿童有益，成年人也有很多可以借鉴学习的地方。

秒杀买的，感觉比较值，比那些满减的合适，满减的很多书都提过价，感觉便宜其实不然啊。。。

质量很好，正版，值得买来研读，孩子的成长与每个父母息息相关，相信孙俪微博推荐

朋友介绍购买的质量可以值得好好学习

还没看呢，应该不会错，京东快递很快呀

内容丰富多彩，值得购买

东西不错，应该是正品，最看重的是京东的速度，上午下单，下午送到，帮了我好多忙，快递员也很好，都送进屋里，以后还会在京东买的

【全屏两片装】 KOOLIFE 小米MIX2钢化膜 小米MIX2S钢化膜 全屏玻璃膜
全覆盖手机保护膜适用小米mix

质量很好！！！！

你们就是吃了没文化的苦，现在让你们尝尝做文化的福。

这本书简单通俗易懂～作者中西医皆通～不仅仅只说小孩的问题，从社会，成人，心理学，以及我们忽略的很多问题阐述，很值得深思！

非常好，慢慢学习

这本儿童健康讲记真的是本好书，收到打开看了，很喜欢看，自从有了孩子，特别关注这方面，自身学习增长知识，孩子生病不慌乱，做淡定自如的父母

看孙俪推荐的，来买了～书的质量特别好～很满意～推荐

好好好好好好好好好好好好好好好好

儿童健康讲记 一本不错的读物，你我值得一买～

书不错，还在学习中，应该会有收获

不错，讲记容易理解，哈哈，小孩儿鞋入镜啦。

这本书真的很棒！同学给我推荐了好几年，一直没有机会买来看看，孙俪微博都推了害怕断货赶紧下单。讲的深入浅出，道理非常易懂，推荐给新手妈妈们。

听推荐买的一本书。非常好.好好学学和孩子一起成长

孙俪娘娘推荐的书，必须入手！

孙俪推荐的，买来好好看看，为了孩子，要多多看书啊

大品牌，质量好，京东送货快，价格优！非常好，买东西还是第一个想到京东啊

这本书旧版我就有买，那时候还没结婚，读了两遍，并没有去跟着做，现在怀孕出了新版又买了，很管用，孕期最多20斤没问题的，书中说道的情况确实仔细想想是自己吃出来的，这本书对现在的我很有用，择食吃饭，重在坚持，吃好饭并且多运动，我现在长了6斤，但是体型并没有什么改变，吃对饭并且坚持锻炼真的很棒，肌肉是要比肥肉占重量的，虽然我体重长了，但是体型没变化，这本书带来了很大帮助，感谢

值得推荐的一本书，通俗易懂，不失专业水准

挺不错的一本书，正在学习。一切为了宝宝健康！

老久名猫、斯芬克斯无毛猫，英短、加菲等。18533668588

从孙俪的微博看到的，所以上京东买来学习学习

朋友推荐的好书，书本里的内容很实用，易读懂，理解，为宝宝的健康，好好学习。。。

看微博孙俪推荐的，还不错，正在看

讲的中医治疗孩子的一些常见病，说的还可以，

很好的书，不仅仅针对孩子，好好看完

朋友推荐的，方便教育儿子，挺好的，物流也挺快，京东就是牛

包装不错的，送货上门很方便。很好看

因为照看宝宝还没细细阅读，赞同书中的观点。要好好学习。

买给家里的老板看的，学习一下怎么带孩子，厚厚的一本书。

朋友推荐的，质量不错，希望内容有帮助

快递很快，包装完好！感觉很不错！

朋友推荐的书，立刻在京东下单了，真好干啥京东搞活动，很值。

很好的东西！我非常喜欢????一定保护好自己的肝！

书写的很好，不像一般的儿童健康书，角度很特别，有点玄幻！

朋友特别推荐的一本书，虽然是中医的，但是还是按小孩儿看

看娘娘微博推荐买的，书的手感不错

据说是本好书，留着以后孩子用

刚收到，还没打开，物流很力

这本书是娘娘发微博推荐，生了宝宝之后果断入手，上次宝宝发烧，按着书上所讲的操作，非常有用

娘娘种草，很不错哦

包装好，无损坏

一本很好的儿童养育健康指南，李辛老师深入浅出细致讲解。很受启发。

东西质量很好，物流配送也很快，服务好评，信赖京东！

东西不错，挺值得购买的，挺好的，挺好的，挺好的

别人推荐的一本书，很值得读一读。京东服务也很赞，送上楼，谢谢小哥

书本是最好的精神粮食

买回来看一看，别人介绍的。

刚买来已经块看三分之一了，感觉很好，有看下去的欲望，浅显易懂，很好理解，推荐，推荐

书籍包装不错，纸质可以，还没看完内容暂时评价不了，应该是正品。

妈妈要买的，还没有仔细看

挺好的，就是618东西有点多，物流跟不上

【京东】尊敬的PLUS会员，2017年06月12日至06月18日您的PLUS购物回馈京豆5188个到账了

好评不错好评不错好评不错

同事推荐的,看完一个感受:想要治病养病,先要运动起来

很好的书，之前在别人家看过，觉得好才买的

哈哈哈哈哈哈哈哈和哈哈哈哈哈哈哈哈和

大夫推荐的书，对我们这些家长有帮助，所以必须得好好学习一下。

不错，挺好看的，是正品，纸质挺好，是促销的时候买的，挺划算

产品很不错，一直支持京东自营。好书不错

朋友推荐的，宝宝9个月，以后多学习读一读

好书！其中的健康理念非常好，适合现代都市焦虑的麻麻们回到舒畅的心情，保持好状态跟孩子生活交流是给孩子最好的影响。

还不错，以后搞活动还可以买....

内容非常的精彩，价钱合理，很推荐。

一定程度上提高了对人体属性的认识。不过，可能自己按照书本的判断不太正确，又或许书的指导不够准确，导致我给女儿灸某些穴位的结果是，睡觉烦躁和便秘。

内容浅显易懂，有实用的保健建议和方法

朋友推荐的书，才看了几页，挺不错的。值得购买

很不错的书，自己看过了觉得好就又买了一本送人

这本书是朋友介绍来买的，物流快，书的包装也很好。

公众号推荐的，内容不错，很实用。价格有点小贵。

帮同事买的，很多内容还没看过来，比较适合专业的或者有兴趣的来学习。

朋友推荐的书，买来看看，物流很快，质量很好。

非常推荐的一本书，对孩子和大人都有帮助。推荐来读！

京东真的很强大，质量有保障，送货上门方便，非常赞！

[儿童健康讲记：一个中医眼中的儿童健康、心理与教育_下载链接1](#)

书评

