第一图书网, tushu007.com

<<治未病调理方法>>

图书基本信息

书名：<<治未病调理方法>>

13位ISBN编号：9787117125338

10位ISBN编号：7117125330

出版时间：2010-1

出版时间：人民卫生出版社

作者：沈庆法，黄宝英 编

页数：217

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：http://www.tushu007.com

前言

当前关于“治未病”的讨论正在不断深入，十分热烈，这是值得庆幸的。
因为这毕竟是在中国故土历经数千年实践而形成并世代传承的独具特色的养生理念。
在一些为西方医学长期固守的生物医学模式思维所沉迷者看来，治未病乃“无病而治”！
既然无病又何以治疗，岂不滑稽之谈，何有“上工”之誉？
现在，无论在中西医业界或广大民众之间，逐渐认识到“治未病”的理论和实践不仅是中医学的特色和优势，也是中华民族优秀文化精髓的重要组成部分，甚至是当代和未来生命科学发展的先声，成为我国文化软实力不可或缺的内容。
关于养生的论述在《黄帝内经》中有着极为丰富的记载，如《素问·上古天真论》日：“上古之人，知其道者，法于阴阳，和于术数，饮食有节，起居有常，不妄作劳，故能形与神俱，而尽终其天年，度百岁乃去。
今时之人不然也，以酒为浆，以妄为常，醉以入房，以欲竭其精，以耗散其真，不知持满，不时御神，务快其心，逆于生乐，起居无节，故半百而衰也’’等。
可见中医学所倡导的养生原则是要求顺应自然，遵循阴阳变化规律，做到形神兼养，心身兼修，并要掌握正确的养生方法。
诚如该篇所言“虚邪贼风，避之有时，恬淡虚无，真气从之，精神内守，病安从来”。

第一图书网, tushu007.com

内容概要

中医调理包括两个方面，一方面是调治，另一方面是调养。
正常人生活在自然界，受到各种因素的影响没有很好的预防，就会生病。
而一旦生病，不但要调治，还要进行调养，后者更为重要。
《治未病调理方法》从理论和临床常见病的角度来论述调理方法。
全书分两章。
第一章简要介绍调理大法。
首先阐述了治病求本，急则治其标，缓则治其本，标本兼治，扶正祛邪，以及因时、因地、因人制宜和同病异治、异病同治等调理原则；同时对病变过程中运用的汗、吐、下、和、温、清、消、补的调理方法进行了分析。
第二章从临床入手，重点分析了内、外、妇、儿、骨伤、五官、肿瘤科和感染性疾病70余种，同时提供了怎样进行调治和调养的方法，使广大读者对常见病的调理有一个初步的认识，以有利于防病健身。

<<治未病调理方法>>

书籍目录

第一章　调理大法第一节　调理原则一、治病求本二、急则治其标，缓则治其本三、标本兼治四、扶助正气五、祛除邪气六、扶正祛邪兼用七、因时制宜八、因地制宜九、因人制宜十、同病异治、异病同治第二节　调理方法一、汗法二、吐法三、下法四、和法五、温法六、清法七、补法八、消法第二章　调理疾病第一节　内科疾病一、呼吸系统疾病（一）感冒（二）支气管炎（三）支气管哮喘（四）大叶性肺炎二、循环系统疾病（一）心律失常（二）心肌炎（三）风湿热（四）高血压病（五）冠心病三、消化系统疾病（一）慢性胃炎（二）胃、十二指肠溃疡（三）溃疡性结肠炎（四）胃肠神经官能症（五）肝硬化四、血液及造血系统疾病一（一）贫血（二）再生障碍性贫血（三）白血病（四）血小板减少性紫癜（五）白细胞减少症五、内分泌及代谢性疾病（一）糖尿病（二）肥胖症（三）甲状腺功能亢进症六、泌尿系统疾病（一）急性肾小球肾炎（二）慢性肾小球肾炎（三）肾盂肾炎（四）肾衰竭七、神经及精神系统疾病（一）中风（脑卒中）（二）偏头痛（三）神经衰弱（四）老年性痴呆第二节　外科及皮肤科疾病一、普通外科疾病（一）急性蜂窝织炎（二）乳腺囊性增生病（三）胆囊炎和胆管结石（四）痛风二、泌尿外科疾病（一）尿潴留（二）尿失禁（三）泌尿系结石症（四）男性不育症（五）阳痿（六）精液病三、结缔组织疾病系统性红斑狼疮四、皮肤疾病（一）带状疱疹（二）荨麻疹第三节　妇产科疾病一、经前紧张症二、痛经三、闭经四、更年期综合征五、盆腔炎六、不孕症第四节　儿科疾病一、哮喘性支气管炎二、婴幼儿泄泻三、小儿营养不良症四、遗尿第五节　骨伤科疾病一、颈椎病二、腰椎间盘突出症三、慢性腰肌劳损第六节　五官科疾病一、慢性鼻炎二、慢性咽炎三、梅尼埃病四、急性结膜炎第七节　肿瘤科疾病一、肺癌二、食管癌三、胃癌四、直肠癌五、肝癌六、乳腺癌七、膀胱癌八、子宫颈癌九、鼻咽癌十、脑部肿瘤第八节　感染性疾病一、流行性感冒二、流行性乙型脑炎三、病毒性肝炎四、流行性脑脊髓膜炎五、伤寒及副伤寒

章节摘录

食不宜过粗，切忌偏食。
炒菜煮饭的器皿，应采用铁制品为宜。
对于孕妇、哺乳期妇女及婴儿（特别是早产儿、孪生儿）由于需铁量增加都应当适当增加富含铁的营养丰富的食品，如蛋、猪肝、菠菜、奶制品等，水果中的李、桃、杏、苹果等含铁量也较高。
应注意贫血患者不宜多饮茶和咖啡，尤其不要长期饮浓茶，因茶和咖啡含有鞣酸，与铁结合后影响铁的吸收。
药膳对于贫血的调养也有益处，如人参粥、木耳粥、红枣赤豆粥、鸡汁粥、何首乌粥、羊肉粥、黄芪粥等。
（二）再生障碍性贫血　　再生障碍性贫血是由多种病因导致造血干细胞数量减少和质的缺陷为主的造血障碍，临床表现以全血细胞减少为主要表现的一组综合征，以较严重的贫血，出血和反复感染等为主要特征。
临床上分为急性和慢性两型，前者发病急，病程短，进展迅速，预后不良；后者则容易控制，多数可长期缓解以获治愈。
再生障碍性贫血属中医虚劳、血证等范畴。
本病的发生先天不足，七情妄动，外感六淫、饮食不节、邪毒外侵或大病久病之后，伤及脏腑气血，元气亏虚，精血虚少，气血生化不足所致。
发病与肝、心、肺、脾、肾有关，关键在于脾、肾二脏。
1.调治急性型多以清热凉血解毒为主，慢性型以补肾益精，健脾益气，活血化瘀止血、滋阴降火止血等辨证施治，中西医结合治疗能提高疗效。
具体调治方法如下：　　（1）气血两虚　　临床表现：起病缓慢，面色不华或萎黄，气短懒言，心悸眩晕，神疲乏力，食欲不振，舌淡苔薄白，脉细弱。

第一图书网, tushu007.com

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:http://www.tushu007.com