

<<从头到脚中药养>>

图书基本信息

书名：<<从头到脚中药养>>

13位ISBN编号：9787200083460

10位ISBN编号：7200083461

出版时间：2010-10

出版时间：北京

作者：吴圣贤

页数：175

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>

## <<从头到脚中药养>>

### 内容概要

医诊疗疾病、养生保健是一个复杂的思辨过程，要考虑到阴阳气血、脏腑经络、虚实正邪、升降浮沉，甚至春夏秋冬、性别年龄、地域气候等各方面的因素，这需要一种整体把握。

我经常作这样一个比喻，中医看病，就像写书法、画国画一样，整体水平、修养到达一定境界，只要下笔，轻描淡写就是艺术品。

如果没有水平，怎么卖力写，怎么卖力画，也出不了好作品。

看似模糊，难以把握，但是，通过思辨、实践、体悟等长期积累，境界提高了，这个东西就把握住了，这是中国传统文化的共同特点。

## <<从头到脚中药养>>

### 作者简介

吴圣贤，医学博士，师从中医大家王永炎院士，1999年北京中医药大学博士研究生毕业。德国图宾根大学医院临床试验协调中心访问学者，北京电视台《养生堂》栏目特邀专家。主要从事心脑血管疾病中医药临床治疗和研究工作，现任北京中医药大学东直门医院临床研究中心主任，中华中

## <<从头到脚中药养>>

### 书籍目录

第一篇 紧张性头痛的中药调养 一、典型病人 二、令人烦恼的紧张性头痛 三、得了紧张性头痛怎么办 四、中药治疗 五、名医李杲 六、中药调养 七、松弛肌肉 八、抒发情绪 九、缓解头痛小窍门 十、解字养生第二篇 偏头痛的中药调养 一、令人失去信心的头痛 二、关键在调养 三、中药调养 四、刘完素与大川芎丸 五、个体化调养 六、血管体操 七、头痛要忌口 八、治疗和预防头痛的食品 九、把头痛消灭在萌芽状态 十、经行头痛 十一、养生小窍门 十二、解字养生第三篇 脱发的中药调养 一、茯苓的独特功效 二、岳美中先生 三、茯苓为什么能治疗脱发 四、联合用药 五、何首乌与“精血同源” 六、进一步提高疗效 七、脱发外治法 八、减轻心理压力 九、饮食调养 十、头皮按摩 十一、养生小窍门 十二、解字养生第四篇 头晕的中药调养 一、治病求本 二、一个老大难病人 三、体质的重要性 四、病人是医生最好的老师 五、程钟龄的半夏白术天麻汤 六、“无风不作眩”与“无虚不作眩” 七、洋为中用 八、可以引起头晕的疾病 九、头晕的中药调养 十、养生小窍门 十一、解字养生第五篇 震颤的中药调养 一、典型病人 二、令人烦恼的震颤 三、为什么会震颤 四、镇肝熄风汤 五、进一步提高疗效 六、全蝎和蜈蚣 七、苍术止颤 八、天麻的独特功效 九、药膳调养 十、调养用药要慎重 十一、养生小窍门 十二、解字养生第六篇 郁证的中药调养第七篇 烦躁的中药调养第八篇 口干的中药调养第九篇 咳嗽的中药调养第十篇 心悸的中药调养第十一篇 胃痛的中药调养第十二篇 自汗盗汗的中药调养第十三篇 水肿的中药调养第十四篇 腰腿痛的中药调养第十五篇 足跟痛的中药调养

## <<从头到脚中药养>>

### 章节摘录

六、全蝎和蜈蚣 提到全蝎和蜈蚣，很多人会抱有好奇的想法，都是有毒的昆虫，中医为什么要用它们，是不是有什么特殊的功效呢？

事实上，这两味药是中医里面非常重要的药物，如果用好了，确实有独特功效。

总结起来主要有3个方面： 1.熄风止痉：全蝎和蜈蚣最擅长治疗各种抽搐、痉挛、震颤和麻木，比如儿童多动秽语综合征、面部痉挛、震颤、四肢麻木等等。

2.解毒散结：全蝎和蜈蚣都有很强的解毒散结作用，可以治疗各种肿块、结节。

比如肿瘤、乳腺增生、甲状腺结节、瘰疬、疖子等等。

全蝎治 疗乳腺增生有特效，我有一个经验方，用瓜蒌和全蝎，在一起焙干，研粉，用以治疗乳腺增生，简单易行，而且疗效迅速。

3.通络止痛：全蝎和蜈蚣还善于止痛，对于剧烈或者缠绵难愈的疼痛，加上全蝎和蜈蚣，往往可以在很大程度上提高疗效。

比如顽固性头痛、三叉神经痛、带状疱疹疼痛、痛经、心绞痛、腰痛等等。

中医有“久病人络”的说法，意思是说，得病时间长了，邪气就会侵入到很微小的络脉里面，一般的药物，药力达不到络脉，而全蝎和蜈蚣恰恰有这方面的特点，可以搜风剔络，把隐藏在犄角旮旯的邪气找出来，剔除掉。

所以，很多疾病，病久入络，缠绵难愈，用上全蝎和蜈蚣，往往可以收到意想不到的效果。

比如说湿疹，通常缠绵难愈，加上全蝎，会很大程度上提高疗效。

.....

<<从头到脚中药养>>

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>