

<<更年期综合征药膳治疗>>

图书基本信息

书名：<<更年期综合征药膳治疗>>

13位ISBN编号：9787509104071

10位ISBN编号：7509104076

出版时间：2007-1

出版时间：人民军医出版社

作者：王莹

页数：146

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>

<<更年期综合征药膳治疗>>

内容概要

更年期综合征是困扰许多中老年人身心健康的疾病。现代研究发现，许多食物、药膳都有改善和治疗更年期综合征的作用。本书在介绍更年期的生理、病因、症状、诊断及中西医结合治疗方法的基础上，列举了治疗和改善更年期综合征的70种中药及食物的功效，以及200种常用药膳的组方、制作方法及作用。是帮助中老年人平稳度过更年期的参考读物。

<<更年期综合征药膳治疗>>

书籍目录

概论篇	一、更年期综合征的病因、病机	二、更年期综合征的表现	三、更年期综合征的诊断	四、更年期综合征的防治					
中药	决明子	杜仲	黄芪	茯苓	熟地黄	酸枣仁	五味子		
枸杞子	黄精	山药	玫瑰花	何首乌	薏苡仁	当归	麦冬		
白芍	冬虫夏草	党参	丹参	西洋参	柴胡	阿胶	玉竹	甘	
草	麦芽	(二)常用食物	糯米	小麦	牛肉	羊肉	猪皮		
猪瘦肉	猪肚	猪肝	鸽肉	鸭肉	鲫鱼	鳝鱼	鲍鱼	蚌肉	
耳	虾	鳅鱼	牛奶	鸡蛋	蜂蜜	蘑菇	芝麻	南瓜	白木
桑椹	菠菜.....	三、常用药膳							

<<更年期综合征药膳治疗>>

章节摘录

概论篇 二、更年期综合征的表现 更年期是人体由成熟走向衰老的过渡阶段，是不以人的意志为转移的生理现象。

(一) 女性更年期综合征的表现 女性更年期主要是卵巢功能由旺盛到逐渐衰退，最后完全消失的一个过渡时期，一般出现在45~55岁，其中15%~25%的妇女无明显异常感觉，75%~85%的妇女可出现或轻或重或多或少的症状，但只有15%的人因症状严重需要治疗。

由于卵巢功能的衰退，分泌雌激素和排卵失去周期性，并逐渐减少，导致雌激素的靶器官如阴道、子宫、乳房、尿道等的结构和功能改变，并在围绝经期引起月经不规则、潮热、多汗、心悸、尿频、尿失禁、阴道干燥、性欲减退、睡眠差、骨质疏松及身体发胖等一系列生理现象。还可出现一些心理不适反应，如情绪不稳定、记忆力下降、多疑、多虑和抑郁等。

1. 生殖系统：生殖系统功能失调表现为月经周期及经期不规则直至完全停止，月经量改变等。月经紊乱是更年期首先出现的临床表现，其原因70%~80%属功能性的，与性腺功能衰退有关。其表现大致有3种情况：(1) 月经周期不规则：最常见的形式是月经提前，月经持续时间缩短，经量逐渐减少，然后完全停止。

此型月经为雌激素撤退性出血，而不是真正的月经。

(2) 长期无排卵出血：临床表现为停经一段时间后发生子宫出血，持续2-4周或更长。血量多少、持续时间长短与雌激素作用持续时间及撤退速度有关。

.....

<<更年期综合征药膳治疗>>

编辑推荐

更年期疾病——中西医结合诊治，药食同源——食疗美味加功效，药膳组方——辩证施膳效果佳

<<更年期综合征药膳治疗>>

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>