

<<中医补脾胃养生法>>

图书基本信息

书名：<<中医补脾胃养生法>>

13位ISBN编号：9787509129029

10位ISBN编号：7509129028

出版时间：2009-9

出版时间：人民军医出版社

作者：马汴梁 编

页数：329

字数：267000

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>

## <<中医补脾胃养生法>>

### 前言

《灵枢·决气篇》提出：“五脏六腑皆禀气于胃，胃者五脏之本也。

”认为脾胃为气血生化之源，后天之本。

能滋养五脏六腑，四肢百骸，润养肌肤，荣泽颜面。

所以金代脾胃内伤学说创始人——李东垣在其《脾胃论》中说：“历观诸篇而参考之，则元气之充足，皆由脾胃之气无所伤，而后能滋养元气。

”提出“内伤脾胃，百病由生”“百病皆由脾胃而生也”。

故强调“欲实元气，当调脾胃”。

临床上很多疾病，诸如急、慢性胃炎，消化性溃疡，功能性胃肠病，慢性溃疡性结肠炎，克罗恩病，慢性肝炎，慢性胆囊炎，糖尿病，高脂血症，缺铁性贫血，巨细胞性贫血，慢性再生障碍性贫血，肾病综合征，慢性肾炎，慢性肺炎，肺气肿，食管癌，胃癌，厌食症，口腔溃疡，女子月经病、带下病，男子遗精、阳痿，小儿遗尿、疳积等，均可运用补气健脾，温补脾阳，滋阴补脾，补脾益胃等方法调养、治疗，并取得很好的效果。

关于“补”的概念，笔者以为：“补”为中华民族一个特有的思维定式。

在传统医学及朴素哲学的思维方式影响下，人们在日常生活中，对自身的一些异常表现有了诸如“脾虚”、“肾虚”等“虚证”的认识。

也正是因为这些“虚证”的存在，才导致人类疾病的产生或衰老。

同时也认识到针对这些“虚证”存在而设定的补身祛病、延年抗衰的“补”法。

所谓“补品”，也即指在此认识基础上而产生的能够增强人类体质，补充营养能量，改善“虚弱”状态的食物和中草药。

## <<中医补脾胃养生法>>

### 内容概要

本书在第1版基础上修订而成，概述了中医有关脾胃与脾胃虚的基本知识，详细介绍了补脾胃养生的各种中药、食品及配方。其中单味中药和食品70余种，包括其性味、归经、成分、药理作用（功效）和应用等；各种补脾胃靓汤、药膳、膏方药酒及中药配方600余首，按中医治法分类，详述其组成、制作、功效和用法等。同时介绍了针刺、耳针、埋线、拔罐、艾灸、指压、按摩、敷脐等中医补脾胃法。本书内容通俗易懂，方法简明实用，养生保健与治病效果确切，适于广大群众，特别是脾胃虚弱的中老年朋友和亚健康者阅读参考。

<<中医补脾胃养生法>>

书籍目录

第1章 脾胃与脾胃虚的基本知识 一、中医脾胃的概念 二、脾胃的生理病理现象 三、脾胃关系与常见脾胃病原因 四、脾胃虚证的特点与治疗养护第2章 常用补脾胃中药 肉豆蔻 白术 麦芽 山药 山楂 大黄 丁香 干姜 党参 人参 大枣 豆蔻 花粉 石斛 甘草 玉竹 火麻仁 猪苓 木耳 薏苡仁 草豆蔻 茯苓 佩兰 鸡内金 陈皮 谷芽第3章 常用补脾胃方剂 六君子汤 益胃汤 参苓白术散 小建中汤 吴茱萸汤 理中丸 补中益气汤 麦冬汤 升阳益胃汤 一贯煎 温经化气汤 高良姜汤第4章 常用补脾胃食物 第5章 温补脾胃第6章 滋补脾阴第7章 补脾益气第8章 健脾化湿第9章 健脾和胃第10章 滋阴益胃第11章 健脾补血第12章 补脾升阳第13章 补脾养胃止痛第14章 健脾养胃止呕第15章 补脾润肠通便第16章 健脾止泻第17章 消化不良第18章 补脾和胃膏方第19章 补脾和胃药酒第20章 针刺与耳针补脾胃法第21章 中医其他补脾胃法

## <<中医补脾胃养生法>>

### 章节摘录

第1章 脾胃与脾胃虚的基本知识 一、中医脾胃的概念 中医脾胃不能简单地与现代医学所指的脾胃画等号。中医脾胃包括了现代医学所指的消化系统、血液系统、免疫系统、泌尿系统、神经系统等系统所属的部分器官。

脾胃是人体重要的生理系统之一。

它由脾脏、胃腑、所属经络、肌肉、四肢、口、唇等组成。

足太阴脾经属脾络胃，循行足大趾、下肢内侧、腹里、舌根等处；足阳明胃经属胃络脾，循行前额、鼻、口唇、上牙、喉咙、腕腹、下肢外侧、足背、足次趾等处。

脾胃发生病变，上述经络循行部位，多可出现相应症状。

所以脾经和胃经也就成为脾胃系统的重要组成部分。

脾胃为气血生化之源，濡溉五脏六腑和周身内外，而使肌肉丰盈，四肢健壮，为后天之本。

故《素问·痿论》说：“脾主身之肌肉。”

”脾胃纳运的水谷自口而入，脏腑的精气又上通于口，荣泽唇口四白。

故《素问·六节脏象论》说：“脾胃……其华在唇口四白。”

”脾脉上连舌本，脾运正常则舌能辨味。

故《素问·金匱真言论》说：“脾气通于口，脾和则能知五味矣。”

”所以，肌肉、四肢、口、唇也是脾胃系统不可分割的组成部分。

<<中医补脾胃养生法>>

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>