# <<我身边的老偏方>>

### 图书基本信息

书名:<<我身边的老偏方>>

13位ISBN编号: 9787510054099

10位ISBN编号:7510054095

出版时间:2012-11

出版时间:世界图书出版公司

作者:梁登峰编

页数:248

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

## <<我身边的老偏方>>

### 内容概要

老偏方,体现民间智慧的祛病验方。

我国传统医学历来十分重视收集和借鉴。

这类受民间验证的治疗方法,实为大众的治病良方。

但也有很多人对"偏方"抱有怀疑和误解,认为其缺乏科学依据,仅是个人经验,不足取信,从而使很多有效、简便的偏方无法得到重视与利用。

本书中的偏方均选自《老人报》保健养生、医疗卫生等连载专栏,由专家选编,深入剖析其作用效能,从科学的角度重新"解读"民间老偏方。 疗法简易,信手拈来,可除治相应的疑难杂症。

连载期间,甚受读者追寻搜用。

本书分呼吸系统、消化系统、神经系统等类目,共收集了200余深受读者欢迎的偏方,集实践经验和临床科研为一体,来源可靠,效果明显,分类清晰,语言通俗,内容翔实,且图文并茂,版面美观,集通俗性、实用性、科普性为一体,让您从简单的老偏方中获得健康。

# <<我身边的老偏方>>

### 作者简介

赵南成,广州日报报业集团老人报总编辑。

主编有《长寿解读》《长寿的故事》等多本图书。

符启文,广州日报社文艺部主任编辑,广州市文联委员、市作家协会副主席,广东省作家协会第五届理事。

梁登峰,广州市第一人民医院心胸外科副主任医师,具有深厚的理论积累与多年的临床经验。

# <<我身边的老偏方>>

### 书籍目录

- 一、外皮系统疾病的老偏方
- 二、运动系统疾病的老偏方
- 三、呼吸系统疾病的老偏方
- 四、消化系统疾病的老偏方
- 五、循环系统疾病的老偏方
- 六、神经系统疾病的老偏方
- 七、内分泌系统及血液系统疾病的老偏方
- 八、泌尿、生殖系统疾病的老偏方

## <<我身边的老偏方>>

#### 章节摘录

版权页: 插图: 我自从66岁以后,脸上开始出现老年斑。

而且,随着年龄的增长,老年斑一年比一年多。

前两年,我来广州休假,住在我的侄子家。

他对芦荟能消炎、治牙疼有切身体会,刚好听同事说过,芦荟的汁液还可以祛老年斑。

而且,在他家阳台上,就种有两盆郁郁葱葱、肉嘟嘟的芦荟(品种属于中国芦荟)。

为了试验是否有效,他当即掰了一瓣叶子,在我洗完澡后,切片后将芦荟汁细心均匀地涂抹在我的脸上。

那次我在广州休假20天,以上"功课"一以贯之。

休完假后我要回家了,侄子挖了些芦荟种苗,让我带回家去。

之后,我在老家"按苗索骥",找到了同种芦荟(注意:芦荟有很多种,要注意区别),并继续擦了近两个多月的时间。

奇迹发生了!

前不久,我高兴地发现,效果真好,脸上的老年斑好多都没了踪影,一些很久很重的深色老年斑,也明显变淡。

我兴奋地给广州的侄子打电话,告诉他这一奇迹。

我现在继续操作,很有希望根治老年斑。

我还打听到,血型也是很重要的影响因素,我是O型血,这一点可能十分关键。

根据自己的实际情况,我现在的操作方法是:每天早晨洗脸后,从生长的芦荟上剪下一小片叶子(一片叶子按其大小,可以剪3~5次),用刀从中间劈开,挤其鲜汁在脸上全面略擦一下,然后照着镜子,对准有斑处有针对性地重点擦。

开始最好每天擦,之后可以隔三五天擦1次。

一段时间后,老年斑就渐渐变淡,直至消失。

但是对芦荟汁有过敏反应的人不要用。

我的一位邻居,就无法擦出青春来,因为他一沾上芦荟汁就会过敏。

氯霉素在手,痘痘说拜拜 青春痘,可能是每一位少男少女的头号敌人,我亦曾被这些痘痘困扰多年,断断续续,不离不弃。

亲朋好友见了面,总会笑着说,你真青春。

自己面对着镜子, 却苦着脸: 这样的青春我不要。

可喜的是,生性爱读书的我,一次在书上看到一个偏方,治疗痤疮,只要涂点氯霉素眼药水,就可痊 愈,而且还不会有疤痕。

起初,我不相信,我的痤疮从我十一二岁就跟着我,一支普通的氯霉素眼药水能行吗?

可是,打针、服药、美容……都不是无敌青春痘的对手。

于是抱着试一试的心情,反正每天我都会滴眼药水护眼,顺便涂一两滴在痘痘上也无妨。

不试不知道,一试吓一跳,果然,初起的痘痘,涂了就不疼了,也不长出来了。

成熟的痘痘,涂了2~3天也就谢了,而且没有痕迹。

我真是欣喜若狂。

皮肤的更新周期是3个月,3个月没有痘痘的日子,让我重获青春美。

诚意将此偏方推荐给各位少男少女,只要发现痘痘长出来,就坚持涂眼药水,隔10来分钟涂1次,一天涂多几次,痘痘也就没战斗力了。

这个偏方我实践后,曾介绍给不少朋友,也都立竿见影。

一位美容院的老板也曾向我讨这一良方。

所以,在此我就把它介绍给各位受痘痘困扰的朋友。

## <<我身边的老偏方>>

### 编辑推荐

《我身边的老偏方》中的偏方均选自《老人报》保健养生、医疗卫生等连载专栏,由专家选编,深入剖析其作用效能,从科学的角度重新"解读"民间老偏方。 疗法简易,信手拈来,可除治相应的疑难杂症。 连载期间,甚受读者追寻搜用。

# <<我身边的老偏方>>

### 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