

<<很久很久老偏方>>

图书基本信息

书名：<<很久很久老偏方>>

13位ISBN编号：9787530878668

10位ISBN编号：7530878662

出版时间：2013-5

出版时间：秦旭东 天津科学技术出版社 (2013-05出版)

作者：秦旭东

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>

## <<很久很久老偏方>>

### 前言

人人都希望健康，更渴望长寿。

随着人们物质生活水平的不断提高和精神生活日益丰富，健康长寿已经成为人人关心的话题。

如何才能健康？

怎样才能长寿？

千百年来，人类一直做着各种寻求灵丹妙药及神秘法术的努力，结果往往是徒劳无功。

虽然长生不老的秘法无处求，但延年益寿的妙方却可寻。

尽管影响健康长寿的因素很多，但能否洞悉养生之道，却是长寿与否的关键。

人体依靠天地提供的物质而生存，同时还要适应四时阴阳的变化规律，才能发育成长。

正如明代著名大医学家张景岳所说：“春应肝而养生，夏应心而养长，秋应肺而养收，冬应肾而养藏

。”这些前贤的养生理论都在强调人体五脏的生理活动必须适应四时阴阳的变化，才能与外界环境保持协调平衡。

中医理论认为，自然气候的变化，关系着人体正常规律的运行。

人体的生理活动和病理变化，取决于六经和五脏之气以及四季变化的协调。

自然界阴阳五行的运动与人体五脏六经之气的运动是相互影响、相互感应的，这就是天人相应和天地相参的天人一体观。

《很久很久老偏方——四季养生特效秘方》一书针对四季易患疾病，从头到脚，从内到外，分门别类，节节深入，从根本上讲述疾病与身体失衡的形成原因。

本书行文简洁，通俗易懂，能让大家高效掌握养生知识，通晓医理病理，防患于未然。

本书精致处有三：其一，所选老偏方皆经千百年验证而流传至今，对疗治疑难杂症尤其有效；其二，偏方药伍皆选纯食材，无毒副作用，可放心使用；其三，书中内容悉心编排，每节都将药理单独提炼并置于文首，令读者一目了然。

因个人生理及病理差异，所推荐偏方未必适用于所有人，患者应据自身条件斟酌使用。

对于病情较重者，建议尽快接受专业医师诊治，以免延误病情。

书中若有纰漏之处，敬请谅解。

最后，希望本书能为您带来健康。

## <<很久很久老偏方>>

### 内容概要

《很久很久老偏方:四季养生特效秘方》内容简介:人人都希望健康,更渴望长寿。随着人们物质生活水平的不断提高和精神生活日益丰富,健康长寿已经成为人人关心的话题。如何才能健康?怎样才能长寿?千百年来,人类一直做着各种寻求灵丹妙药及神秘法术的努力,结果往往是徒劳无功。虽然长生不老的秘法无处求,但延年益寿的妙方却可寻。

尽管影响健康长寿的因素很多,但能否洞悉养生之道,却是长寿与否的关键。人体依靠天地提供的物质而生存,同时还要适应四时阴阳的变化规律,才能发育成长。正如明代著名大医学家张景岳所说:“春应肝而养生,夏应心而养长,秋应肺而养收,冬应肾而养藏。”这些前贤的养生理论都在强调人体五脏的生理活动必须适应四时阴阳的变化,才能与外界环境保持协调平衡。中医理论认为,自然气候的变化,关系着人体正常规律的运行。人体的生理活动和病理变化,取决于六经和五脏之气以及四季变化的协调。自然界阴阳五行的运动与人体五脏六经之气的运动是相互影响、相互感应的,这就是天人相应和天地相参的天人一体观。

《很久很久老偏方:四季养生特效秘方》一书针对四季易患疾病,从头到脚,从内到外,分门别类,节节深入,从根本上讲述疾病与身体失衡的形成原因。《很久很久老偏方:四季养生特效秘方》行文简洁,通俗易懂,能让大家高效掌握养生知识,通晓医理病理,防患于未然。《很久很久老偏方:四季养生特效秘方》精致处有三:其一,所选老偏方皆经千百年验证而流传至今,对疗治疑难杂症尤其有效;其二,偏方药伍皆选纯食材,无毒副作用,可放心使用;其三,书中内容悉心编排,每节都将药理单独提炼并置于文首,令读者一目了然。

因个人生理及病理差异,所推荐偏方未必适用于所有人,患者应据自身条件斟酌使用。对于病情较重者,建议尽快接受专业医师诊治,以免延误病情。

书中若有纰漏之处,敬请谅解。

最后,希望《很久很久老偏方:四季养生特效秘方》能为您带来健康。

## <<很久很久老偏方>>

### 作者简介

秦旭东，政协委员、济南中医肿瘤医院院长、山东省济南博爱食道癌研究所所长、香港国际肿瘤研究院院长、国际自然疗法研究院首席专家、加拿大疑难病研究院特聘肿瘤专家、山东省济南市抗癌协会理事、“秦氏御医消瘤法”发明人。

秦旭东出身于中医世家，清朝著名御医秦本煜之后。

1983年毕业于山东中医药大学，并开始致力于肿瘤的研究和治疗。

他治学严谨，勤于实践，师古不泥，锐意创新，在秉承祖国医学精华和祖传秘笈的同时，大胆创新，吸取现代医学所长，尤擅长于食道癌、贲门癌、肝癌、肺癌等多发癌症的治疗。

由他带领专家组对秦本煜老先生的《千金不与世人传》、《咽喉指掌》、《秦氏秘笈六法纲要》三部医学论著及中医抗癌机理进行研究。

经过十多年的潜心研究和临床验证，终成大果，发明了全球首个针对每一个癌种，分型分治的治癌疗法，将其命名为“秦氏御医消瘤法”，并申报中国第一个“肿瘤中药制剂”发明专利。

秦旭东在肿瘤治疗领域成绩斐然，曾多次代表中国中医研究院出访美、英、法、德等国，进行中医中药的推广及交流活动。

他德艺双馨，对于人类健康事业的发展做出了巨大贡献，被世界卫生组织——国际最佳医生专家评审委员会评为“2006年度、2007年度、2008年度、2009年度、2010年度国际最佳医生”。

被《中国健康导刊》评为“2006年中国健康十大年度人物”、世界杰出华人协会于2006年6月授与他“世界杰出华人”等荣誉称号。

## &lt;&lt;很久很久老偏方&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 春季养生老偏方 白领们喜欢的治疗春困秘方 玫瑰花烤羊心，不让抑郁网住心 春季心慌气短，至阳内关按一按 每日两杯芹菜汁，平稳血压有奇效 春季急性心梗，偏方来救心 春食蒲公英，讲究吃法身体好 春季防咳嗽，多吃梨与百合 春天患口疮多吃菠菜羹 绿豆薏米海带汤，治疗水痘顶呱呱 防过敏，春吃竹笋要讲究 黄酒海马粉，可治春季房劳过度 三个老偏方，搞定女性尿道炎 春天多梳头，健脑提神延缓衰老 春季护肤养颜，甘油加醋巧涂抹 春季养好肝，食疗帮你办 初春降火，心肝肺胃肾都要有 春季吃豆腐，糖尿病人好食品 春季饮食，多甘少酸养脾气 春季易发红眼病，要防治结合 三个老偏方，预防春天旧伤痛 三个妙方治疗上呼吸道感染 春季痤疮，刮痧治疗 春季真菌活跃，易染手足癣 春季要及时治疗过敏性鼻炎 春季谨防口腔溃疡，治疗要赶早 春季治哮喘，要治要防也要养 春天易诱发痛风，早发现早治疗 春季小儿肺炎，老偏方最有效 春季肝炎偷袭，偏方来帮忙 春季腮腺炎，葱姜蒜就搞定 春季高发偏头疼，用食物治疗 春季易发桃花癣，偏方治愈两三天 春季多发冠心病，食疗方来帮忙 春季易起头屑，生姜水洗一洗 第二章 夏季养生老偏方 夏日脾胃损伤，健脾有奇方 夏天养生重养阳，怕冷是阳虚 夏季养心妙方，清热泻火又祛暑 偏方养脾胃，远离肠胃病 热感冒，找准病型再开方 预防夏季腹泻的三个妙方 夏日中暑，偏方来搞定 治疗夏季红眼病，轻重分清再选方 干眼症，三个偏方帮你忙 夏日沙眼，偏方治疗卫生预防 结膜炎，夏枯草桑菊饮效果好 肌肤晒伤，果蔬偏方见奇效 吃完烧烤吃个梨，致癌物质洗一洗 夏天吃坏肚，鲜姜大蒜有帮助 夏日多暗疮，五种汤来养颜 夏季内外热，温喝大麦粥 三个老偏方，治疗尿结石 小儿夏季热，药粥有奇效 夏季谨防脚癣“节外生枝” 夏日情绪中暑，找准穴位按一按 食疗足浴治小儿夏季腹泻 三个老偏方，热中风不用慌 夏季旅游好季节，小心被蜂蜇 夏季水中毒，豆浆解毒米汤洗胃 心脏着凉吃生姜 夏季失眠有偏方 盐水热敷，巧治落枕 夏季当心急性肾炎 夏天到，中医食疗踢走慢性疲劳 夏季汗斑，艾叶菊花熬水洗 夏季易患阴囊瘙痒，试试穿心莲 第三章 秋季养生老偏方 秋季易外邪入侵，预防贼风有妙方 秋季治感冒，老偏方最给力 秋季干燥，熏蒸治疗干眼症 三个偏方治疗秋季心血管疾病 儿童秋末腹泻，偏方有特效 秋燥最伤肺，偏方有奇效 秋日补虚，偏方有理 不花大价钱，偏方治好前列腺患者 秋天易便秘，妙方巧根治 秋季痔疮高发，10元钱解决病痛 秋季鼻出血，偏方来救急 秋天长针眼，内服外敷有偏方 秋季老慢支，偏方显神通 秋季溃疡病不得不选的老偏方 秋季慢性咽炎，三个偏方任你选 秋季哮喘，进补有效 秋季肠胃病，偏方治疗不犹豫 ..... 第四章 冬季养生老偏方

## &lt;&lt;很久很久的老偏方&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：春季多发冠心病，食疗方来帮忙 症状：冠心病 老偏方：桃仁、枣仁、柏子仁各10克，粳米60克，白糖15克。

制法：将桃仁、枣仁、柏子仁打碎，加水适量，置武火煮沸30~40分钟，滤渣取汁；将粳米淘净入锅，倒入药汁，武火烧沸，文火熬成粥。

服法：早晚皆可，佐餐服用。

功效：活血化瘀，养心安神，润肠通便。

适用于瘀血内阻之胸部憋闷，时或绞痛；心失所养之心悸气短、失眠；阴津亏损之大便干燥，舌质红或瘀点、瘀斑。

丹参30克，檀香6克，白糖15克。

制法：将丹参、檀香洗净入锅，加水适量，武火烧沸，文火煮45~60分钟，滤汁去渣即成。

服法：口服1剂，分3次服用。

功效：行气活血，养血安神，调经止痛，清营热除烦满。

适用于血脂增高，心电图异常，长期心前区闷，时或绞痛，舌质有瘀点等症。

还可用于心血不足、心血瘀阻之心悸失眠、心烦不安，妇女月经不调、经期情志不舒等。

猪心1只，韭白150克，胡椒粉适量。

制法：将猪心洗净入锅，加水适量，武火烧沸煮熟；倒入韭白，文火煮炖至猪心软透，加入作料即成。

服法：佐餐服用。

功效：通阳散结，健脾益心，理气消食。

适用于胸痹，胸闷疼痛，气短，心悸，失眠，脘腹胀满疼痛，食欲不振，大便溏泻，舌淡苔薄，脉沉细。

药理：以上三方用以防治血小板聚集、改善血液高凝、降低血脂等。

但是冠心病的饮食治疗更为重要。

原则是扶正祛邪，标本兼治，涤痰逐瘀，活血通络，补益气血。

宜多吃新鲜蔬菜、水果，适当进食肉、鱼、蛋、乳，禁服烈酒及咖啡、浓茶，不宜进食糖类食品及辛辣厚味之品。

春季是冠心病的多发季节，专家在此提醒患者，对不明原因的疼痛应提高警惕。

患者外出时，应随身携带硝酸甘油类药物，以防心绞痛发作。

冠心病以心绞痛型和心肌梗死型最常见。

心绞痛常表现为胸骨中上部的压榨痛、紧缩感、窒息感、重物压胸感，有胸痛逐渐加重且数分钟达高潮等症状。

有些老年人症状常不典型，仅感胸闷、气短和疲倦；老年糖尿病患者甚至仅感胸闷而无胸痛表现。

心肌死是冠状动脉血供急剧减少或中断，使相应的心肌严重而持久地急性缺血所致。

病人往往有先兆表现，如发病前数日或数周内乏力，胸部不适，活动时心悸、心急、烦躁；突然严重的心绞痛发作，且次数增加、剧烈；患者疼痛时伴有器心、呕吐、心动过缓；出现心功能不全的症状，如呼吸困难、发绀等；心绞痛发作时，常伴有昏厥或休克，出现心律失常等。

老年人或糖尿病患者，常症状不典型，易造成误诊。

因此，对不明原因的疼痛应提高警惕。

冠心病患者要为自己创造舒适、安静的居住环境；经常保持心情愉快，避免情绪过于激动；勿从事负担过重的工作，注意劳逸结合，平日进行适当的体育锻炼；注意饮食搭配和科学进餐；保持每日大便通畅；做到服用药物定时定量，切不可中途随意停药。

外出时，应随身携带硝酸甘油类药物，以防心绞痛发作等。

## <<很久很久的老偏方>>

### 编辑推荐

《很久很久的老偏方:四季养生特效秘方》针对四季易患疾病，从头到脚，从内到外，分门别类，节节深入，从根本上讲述疾病与身体失衡的形成原因。

《很久很久的老偏方:四季养生特效秘方》行文简洁，通俗易懂，能让大家高效掌握养生知识，通晓医理病理，防患于未然。

《很久很久的老偏方:四季养生特效秘方》精致处有三：其一，所选老偏方皆经千百年验证而流传至今，对疗治疑难杂症尤其有效；其二，偏方药伍皆选纯食材，无毒副作用，可放心使用；其三，书中内容悉心编排，每节都将药理单独提炼并置于文首，令读者一目了然。

<<很久很久老偏方>>

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>