

<<从脉象看健康/中医入门系列>>

图书基本信息

书名：<<从脉象看健康/中医入门系列>>

13位ISBN编号：9787535955456

10位ISBN编号：7535955452

出版时间：2012-3

出版时间：广东科技出版社

作者：林政宏，高丽 编著

页数：157

字数：125000

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>

## <<从脉象看健康/中医入门系列>>

### 内容概要

《中医入门系列：从脉象看健康》采用数十幅插图，通过图文并茂、深入浅出的方式来告诉读者如何运用脉诊的原理，同时还补充了各种常见疾病的症状分析、治疗方式与保健药膳，相信读者可以经由《中医入门系列：从脉象看健康》学会如何将脉诊与症状分析相结合，能够及早防治自己的隐患，以保持最佳的健康状态。

<<从脉象看健康/中医入门系列>>

作者简介

林政宏，学历：

台湾高雄医学大学药学硕士

中国国际针灸师

广州中医药大学医学博士

著作：

《中医入门一学就通》

《黄帝内经一学就通》

《脉诊一学就通》

《濒湖脉学一学就通》

《图解针灸一学就通》

《针灸甲乙经一学就通》

《一目了然学方剂》

《中医养生洞悉肥胖症与高脂血症》

《99味常用中药入门》

《图解中医诊断入门》

《伤寒论一学就通》

《金匱要略一学就通》

《续99味常用中药入门》

《温病条辨一学就通》

<<从脉象看健康/中医入门系列>>

书籍目录

第1章 症状的自我诊断

- 1.从神色来判断
- 2.从体态来判断
- 3.从面色来判断
- 4.从头发的特征来判断
- 5.从眼睛的特征来判断
- 6.从嘴唇的特征来判断
- 7.从牙龈的特征来判断
- 8.从饮食习惯来判断
- 9.从痰液的特征来判断
- 10.从小便的特征来判断
- 11.从大便的特征来判断
- 12.从出汗的特征来判断
- 13.从头痛的特征来判断
- 14.从耳鸣与眼睛的症状来判断
- 15.从胸腹疼痛的症状来判断
- 16.从腰疼痛的症状来判断
- 17.从睡眠的特征来判断
- 18.从舌苔的特征来判断
- 19.从舌体的特征来判断

第2章 脉象变化

- 1.气血虚弱体质的脉象变化
- 2.各种病理因素所引起的脉象

第3章 脉象说明

- 1.伤风感冒的脉象——浮脉
- 2.气血不足的脉象——弱脉
- 3.气虚的脉象——短脉
- 4.脾胃代谢失常的脉象——缓脉
- 5.贫血的脉象——细脉
- 6.气弱血虚的脉象——虚脉
- 7.若有若无的脉象——微脉
- 8.体弱多病的脉象——濡脉
- 9.阴液耗损过多的脉象——芤脉
- 10.阴液耗损过多、调养不当的脉象——革脉
- 11.生死攸关的脉象 ——散脉
- 12.生死攸关的脉象 ——疾脉
- 13.脏气衰微的脉象——代脉
- 14.中暑的脉象——洪脉
- 15.脾气火暴的脉象——实脉
- 16.身体发热的脉象——数脉
- 17.发热过头的脉象——促脉
- 18.寒气逼人的脉象——紧脉
- 19.体质虚寒的脉象——迟脉
- 20.冷若冰霜的脉象——牢脉
- 21.冷到气结的脉象——结脉

<<从脉象看健康/中医入门系列>>

- 22. 体内出了毛病的脉象——沉脉
- 23. 几乎找不到的脉象——伏脉
- 24. 气血紊乱的脉象——动脉
- 25. 气血运行不畅的脉象——涩脉
- 26. 心情郁闷与肝病的脉象——弦脉
- 27. 邪气有余的脉象——长脉
- 28. 吃饱撑着、体内多痰的脉象——滑脉

第4章 诊脉的方法

第5章 临床病例说明

病例1. 贫血

病例2. 牙龈肿大或出血

病例3. 口淡而无味

病例4. 感觉口黏

病例5. 额头容易出汗

病例6. 大便稀薄如水

病例7. 大便干硬燥结

病例8. 小便的次数频繁

病例9. 双眼视物模糊

病例10. 嘴唇出现紫黑色

病例11. 不易入睡

病例12. 脱发

病例13. 失眠多梦

病例14. 白天嗜睡

病例15. 胃寒

病例16. 双眼流泪畏光

病例17. 睡不安稳

病例18. 眼睑浮肿

第6章 保健药膳

1. 预防感冒的药饮

2. 补益气血的药膳

3. 健脾利湿的药膳

4. 滋阴补肾的药膳

5. 行气通滞的药饮

6. 大补元气的药膳

7. 养阴生津的药饮

8. 清热泻火的药饮

9. 补肝补血的药膳

10. 温里祛寒的药膳

11. 祛风除湿的药膳

12. 消肿化痰的药膳

13. 疏肝理气的药饮

14. 健脾化痰的药饮

## <<从脉象看健康/中医入门系列>>

### 章节摘录

版权页：插图：细脉的常见病证--贫血 如果患者表现为面色淡白或萎黄，嘴唇与爪甲颜色淡白，或是经常感到头晕眼花，手足麻木，月经量少，大多属于血虚的症状表现，而血虚的患者会出现细脉。如果治疗不当，病情可发展加重而转变为头晕、头痛、心悸、失眠、月经失调等疾病。

【治疗处方】熟地15克，当归10克，白芍5克，川芎3克，黄芪15克，龙眼肉15克，大枣15克，甘草5克。

兼有气虚者：加人参10克、白术15克；手足麻木严重者：加鸡血藤20克、桂枝3克；心悸严重者：加五味子10克、麦门冬10克。

贫血：现代医学认为贫血有多种类型，如缺铁性贫血、红细胞再生障碍性贫血、巨幼细胞性贫血、免疫性溶血性贫血等，每种类型的贫血都有其特定的病因。

但是从中医的观点上看，贫血是属于“虚损”的范畴。

中医认为，贫血的病因主要是由于长期的胃肠道疾患，长期失血，或是因为饮食失调，疾病治疗不当所引起。

在临床上，引起贫血的病因，最常见的是脾胃虚弱与脾肾阳虚两种类型。

脾胃虚弱：由于饮食没有节制而损伤脾胃的功能，或是由于情绪抑郁导致肝气郁滞，或是由于思虑过度损伤脾胃功能等因素，都会影响脾胃对于食物的吸收，造成血液的生成不足，最终就会形成贫血的现象。

脾肾阳虚：此外，如果是因为先天禀赋不足导致肾脏阳气亏虚，或是因为房室过度，劳倦过度等因素也会损伤肾脏，进一步也会影响脾胃的运化，最终也会形成贫血的现象。

脾胃为后天气血生化之源，由于贫血的症状属于虚证，因此在临床上，凡是贫血患者所表现出来的脉象通常是以虚脉类的脉象为主。

脾胃虚弱通常会导致人体内的气虚或血虚，或是气血俱虚三种情况：（1）气虚的脉象包括有短脉、沉脉、濡脉、微脉。

（2）血虚的脉象包括有细脉、芤脉、革脉。

（3）气血俱虚的脉象范围更广，包括短脉、沉脉、濡脉、微脉、细脉、芤脉、革脉。

因此，当我们在治疗贫血患者时，首先必须从问诊的步骤中得知患者所出现的症状，同时确定患者是否出现以上这些虚脉类的脉象，那么，就可以判断患者是否属于脉证相符的病证，之后才能放心使用补益气血药物来治疗。

<<从脉象看健康/中医入门系列>>

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>