

图书基本信息

书名：<<老病疗养院--100种慢性病的疗养法>>

13位ISBN编号：9787810514026

10位ISBN编号：7810514024

出版时间：1999-10

出版单位：北京体育大学出版社

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>

## 内容概要

本书从老病宜防、老病宜养、老病宜护、老病宜辨、老病宜医、老病宜疗、老病宜治出发，分别从个人养生、四季调养、家庭护理、保健误区、保健须知、康复疗法和各种治法等多角度，对近100种慢性疾病的数十种康复疗法进行了详尽的介绍，其中既有时慢性病防治知识和经验的介绍，又有对保健误区的纠正，既有对慢性病的家庭护理指导。

又有对慢性病人医疗消费的有效建议。

本书是慢性病人家庭自我康复的重要指导性读物，它将不仅给广大慢性病人和养生爱好者带来知识和方法，更将为他们带来康复的希望和病愈的信心。

书籍目录

第一章“老病宜防” 慢性病人的自我养生

一、全面综合养生/二、掌握度/三、持之以恒/四、谨防隐患/五、及时自我诊断

第二章“老病宜养” 慢性病人的四季调养

一、春季养生/二、夏季养生/三、秋季养生/四、冬季养生

第三章“老病宜护” 慢性病人的家庭护理

一、一般护理/二、床边护理/三、术后护理/四、后期护理/五、自我护理  
/六、心理护理

第四章“老病宜群” 慢性病人的保健误区

一、误区之一：慢性病应少吃药/二、误区之二：越新越贵的药疗效最好  
三、误区之三：时髦养生最为可靠/四、误区之四：慢性病治疗就要多花钱

第五章“老病宜医” 慢性病人保健须知

一、开设家庭病床须知/二、中药煎服须知/三、门诊求医须知  
四、住院求医须知/五、日常生活须知/六、饮食调理须知/七、体育锻炼须知

第六章“老病宜疗” 慢性病人的各种疗法

一、药物疗法/(一)在医师指导下选用摄生保健药  
(二)勿用攻伐,择和平温良为上/(三)尽量少用药  
二、健身疗法/(一)健身疗养的作用  
(二)健身疗养的要求和原则/(三)健身疗养的方式方法  
三、家庭点穴疗法/四、家庭按摩疗法/五、药粥疗法  
(一)应用药粥预防疾病/(二)药粥可作为急性病的辅助治疗  
(三)药粥用于病后及妇女产后的调理/四)家庭粥疗的注意事项  
六、家庭灸灼疗法/(一)艾炷灸疗法/(二)艾条灸疗法(三)药卷灸疗法/(四)温针灸疗法/(五)  
隔姜灸疗法  
七、推拿疗法/(一)推拿基本手法/(二)推拿的适应病症/(三)小儿推拿疗法/(四)指针疗法/(五)  
捏脊疗法  
八、气功疗法/(一)放松功/(二)内养功/(三)五禽戏  
九、饮食疗法/(一)国人因病,辩证施食/(二)因时困地,灵活选(三)审证求团,协调配食  
十、心理疗法/(一)以情胜性/(二)说理开导/(三)暗示解惑/(四)移情易性/(五)顺情从欲  
十一、拔罐疗法/十二、放血疗法

第七章“老病宜治” 各种慢性病的治法

一、呼吸系统慢性病康复法  
二、循环系统慢性病康复法  
三、消化系统慢性病康复法  
四、泌尿生殖系统慢性病康复法  
五、神经内分泌系统慢性病康复法  
六、运动系统慢性病康复法

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>