

<<揭开皮肤“病”的真相>>

图书基本信息

书名：<<揭开皮肤“病”的真相>>

13位ISBN编号：9787506747219

10位ISBN编号：7506747219

出版时间：2010-9

出版时间：中国医药科技

作者：田原

页数：241

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>

<<揭开皮肤“病”的真相>>

内容概要

本书作者田原与明清御医之后刘辉共同探讨了皮肤病的由来，重点以湿疹、青春痘、荨麻疹、银屑病(牛皮癣)、白癜风和带状疱疹为例，深入探究各类皮肤病的发病原因、疾病的发展历程、相应的治疗原则及方法，揭开了“不健康的皮肤=不健康的身体”的真相，让读者刷新养肤、护肤理念：“皮肤病”并非只是“皮肤”的病，而是身体内在机能的综合体现，与体质关系密切；预防和治疗皮肤病，情志因素最为关键，宜先树立正确的皮肤护理观，自查生活方式是否偏颇，再仔细观察身体的蛛丝马迹变化，找到适合自己的调理方法，养生即是养颜。

<<揭开皮肤“病”的真相>>

作者简介

田原 女，中国医药科技出版社中医药文化编辑中心主任。
近年致力于中医药文化传播事业，寻访著名中医药大家、挖掘优秀民间中医100多名。
著作近20部，300余万字。

创编著作《21世纪中医现场——田原访谈录》(四卷本)是国内第一部全景式展现当代中医名家的集大成之作，被誉为中医药“新史记”。
主编的《中华中医名流》2008年网上点击率达200万人次，为中医界第一本集权威性、高端性、精品性的大型综合人文读本，深受业内外好评。

“中医点亮生命系列”丛书5部，获得良好反响。
其中：《人体阳气与疾病》一书获中国书刊发行协会“2008年度全行业优秀畅销书”奖，《生活处处有中医》和《现在女人那些事儿》同获2008年“建国60周年图书策划创作奖”。

近作《破解重大疾病的迹象》深受好评。
《解密中国人的九种体质》一书面市后数次再版，北京电视台、河北卫视“读书栏目”予以专题推介。
并已发行台湾版、香港版。

“田原寻访中医系列”图书在境内外产生了较广泛影响。
新华社、人民日报(海外版)、中国青年报、北京晚报、新京报等近百家媒体曾予以报道、专访、选载、连载。

<<揭开皮肤“病”的真相>>

书籍目录

写在前面的话第一章 人类，走不出自己的皮肤 1.不健康的皮肤=不健康的身体 2.皮肤病背后隐藏的重大疾病 3.生活环境改变，皮肤跟着发生变化 4.皮肤病的根本原因在于湿邪过重 5.养好皮肤，健脾祛湿是关键 6.痒，是阳气没有到达的缘故，宜用艾灸补阳气第二章 湿疹，身体与湿热毒的斗争 1.调整湿热体质，就是清理易爆发湿疹的“雷区” 2.小红疙瘩，为健康亮起的黄灯 3.天天健康语录：我很幸福 4.治好湿疹，环境和心情很重要 5.过敏性湿疹，需要给自己换一个“体质” 6.爸爸妈妈，皮肤好了再要我吧 7.防宝宝湿疹，妈妈孕期调整体质 8.小儿湿疹，还是喂养惹的祸 9.警惕：全牛奶也会喂养出湿疹孩子 10.预防湿疹，米汤养幼儿 11.小儿哮喘与过敏，最爱与湿疹相伴 12.湿疹是身体在排毒自救 13.因势利导，四步治愈湿疹 附：湿疹外治用药录第三章 长痘的岁月，请为身体开扇“窗” 1.青春痘最愿意长在谁的脸上 2.滥用药膏，小心“毁容” 3.芦荟消炎，当心皮肤留痘痕 4.中年长痘警惕毛囊炎 5.少数“痘子”是黄牌警告 附：青春痘食疗方案第四章 荨麻疹，游走于皮肤间的湿热之殇 1.“鬼风疙瘩”，是正气与风邪搏斗 2.与风“有染”的荨麻疹 3.荨麻疹是身体机能的自救反应 4.荨麻疹是正气与湿邪的对决 5.少给孩子高营养，养脾远离荨麻疹 附：荨麻疹分类用药录 附：荨麻疹通用外治验方第五章 “牛皮癣”，封在身体里的正邪之争 1.牛皮癣不是有真菌的癣 2.藿香正气开“窗”赶湿邪 3.顺势而为，巧治牛皮癣 4.别错过治疗的第一时间 5.风寒湿联合导演的关节炎型银屑病 6.会变身的寻常型银屑病 7.坏心情也会诱发牛皮癣 8.牛皮癣遗传的是生活习惯 9.别轻易相信专家的话 10.忌口是50%的治愈希望 附：牛皮癣食疗方案第六章 白癜风，一场等待平息的“风争” 1.白癜风，被“风”吹走了血色 2.白癜风，皮肤上面的“盐碱地” 3.“白必克”：取水生木，补肝益肾 4.治愈白癜风，开心最重要 5.迁徙后，你调整生活方式了吗？ 6.三个周期治好白癜风 7.生病不忌口，坏了大夫手 8.别让白斑长在心灵里 附：白癜风外治用药录第七章 带状疱疹，肝火“烧”出的“火焰山” 1.认识带状疱疹的早期征兆 2.年轻人的“三味真火”与“缠腰火丹” 3.“上火”之人疑有肝经伏火 4.妙用龙胆泻肝丸 5.带状疱疹，是郁闷心情的“天窗” 6.民间验方：“烧蛇”灯心草 附：带状疱疹用药录 附：带状疱疹分类食疗方案第八章 养颜美颜的千古妙法 1.频繁洗澡，“剥了”一层好皮肤 2.换肤漂白使皮肤“慢性自杀” 3.生黑发不妨试试白蜜蜡 4.美人，再吃一碗猪肤米粉膏 5.过敏的皮肤是失去了“保护层” 6.古法中的润白奇方 7.以内养外的“枇杷叶”和“延年丹”第九章 对话御医传人刘辉 1.皮肤是身体的土地 2.祖上的故事 3.爷爷、父亲和刘辉 4.自己的路 5.火眼金睛 6.御美人呢？ 7.黄郑的病好些了 8.关于中药提取和管理体制 9.民营医院姓什么？ 10.谁是医托？ 11.激素与皮肤病 12.未来是什么？

背景 《医宗金鉴》背景 刘裕铎背景附表：其他皮肤病用药录

<<揭开皮肤“病”的真相>>

章节摘录

蛛丝马迹，这个说法很有道理。

真是细节决定成败。

应该说，寻常型银屑病是最多见的，也是病情最轻的一种。

初期就长小米粒似的、很小的一个小红点。

全身可能会有一点痒，也有的人是不疼不痒的。

脸上慢慢地起一点小白皮。

在病人心目中，一想到银屑病，必然都是像牛皮那么厚的，起大块、大块的白皮，那才叫银屑病。

其实呢，刚得的时候，它就是像针尖一样的小红点，很容易和风疹、痒疹、湿疹及皮炎混在一块儿，可以说人们对它的认识有很多误区。

留意看呢，银屑病的表现是这样的：皮肤上长出些红色的斑块或者疹子，上面有一层厚薄不同的银白色皮屑，像鱼鳞，很容易脱落，一摩擦就掉皮屑，掉完后就看到破皮的地方有一层红色薄膜，它还不会流脓出血，再刮破了这层薄膜，才会在这个小疹子口上渗点血珠，像针尖那么细，不会很多。

这个病的初期治疗效果还是挺好的，刚受潮受风的时候，祛风燥湿的治疗比较有效，目前寻常型银屑病的治愈率能达到95%以上，这是我们自己对临床上万病例统计的数据。

还有些人得了寻常型银屑病，带着一辈子也没啥事儿，有的人会慢慢地转化成其他类型，比如红皮病型，脓包病型或者其他病型，那时候就严重了。

所以说，正确认识和治疗非常重要。

<<揭开皮肤“病”的真相>>

媒体关注与评论

田原女士多年来一直在中医文化与中医科普的领域耕耘，付出了诸多辛苦，取得了不少成绩，且矢志不移，值得敬佩。

本稿在谋篇布局，语言风格，修辞运句上，都是没说的，比一般专业人士的科普文章层次高的多。在中医医理与西医医理的阐述上，本书稿也是完全没有问题的，维护了学术的严肃性，且提炼出了“不健康的皮肤=不健康的身体”理念，是颇有见地的，相比于市面上某些所谓的中医科普，维护了中医的科学精神。

——著名中医学者 编辑专家 张年顺

<<揭开皮肤“病”的真相>>

编辑推荐

《揭开皮肤“病”的真相》编辑推荐：皮肤的痒从何而来？

皮肤上的红疹，红道道，意味着什么？

牛皮癣，白癜风并非不治之症！

湿疹与青春痘，简单方法可以消除！

宝宝得湿疹，背后潜伏着体质问题！

荨麻疹的“捣鬼”真相到底是什么！

br 身体像土地，我们，是在这片土地上耕作的农民。

土地有耕作层、渗水层和保水层，身体也是如此，皮肤便是承接雨露、蒸腾水汽的表层。

养护皮肤，和培护一方沃土差不多。

铲地、镗地是为了让土壤疏松，透光透气，而所有的营养物质都要通过光合作用来促进内生长、内循环。

养护皮肤，外面要抹一些滋润的膏，像雨露一样滋润它，内里要增加土壤自身的阳力，使之从内往外生发，保持一个活性、活化的状态。

很多人有意识地去养护皮肤，但一些人对皮肤的认知多半是走进了误区：频繁洗澡，涂抹东西……其实，皮肤的保护，不是防止出皱纹，抹点“战痘”就可以的，否则，越保护越粗糙了皮肤。

<<揭开皮肤“病”的真相>>

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>