第一图书网, tushu007.com

<<便秘患者饮食调养>>

图书基本信息

书名：<<便秘患者饮食调养>>

13位ISBN编号：9787508218076

10位ISBN编号：7508218078

出版时间：2002-3-1

出版时间：金盾出版社

作者：马新华

页数：154

字数：111000

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

第一图书网, tushu007.com

前言

“ 每天能解一次大便该有多幸福啊！
”这是便秘患者发自内心的感叹。
便秘虽说不上是大病，甚至有人不认为便秘是一种病，但它给便秘者带来的痛苦和后果是许多人想象不到的，是常人难以理解的。
便秘的危害，不仅仅是腹胀、腹痛、头痛、呕吐，甚至出现精神不振和烦躁不安等症状，更严重的还会引发许多疾病或加重其病情，如大肠息肉、大肠癌、肛裂、痔疮、结肠憩室等。
尽管人们想了很多防治便秘的办法，如服用中、西药物，但结果不是因为服药不能坚持到底，就是因为嫌麻烦而耽误治疗，致使患者对便秘这一“ 老大难 ”问题很难得到解决。
依据中医“ 药食同源 ”的原理，我们查阅了大量中医文献资料，通过分析、整理，编写了《便秘患者饮食调养》一书。
目的在于通过日常饮食的调养解除患者便秘的痛苦。
本书共分为3个部分，分别介绍了便秘的基础知识，便秘患者食疗方和便秘的预防措施。
附录中还介绍了食物纤维素的作用，常用药膳中食物、药物的不宜和治疗便秘的中成药选用等知识。
本书的特点是简明扼要，实用性强，取材方便，操作简单，一看就懂，一学就会，可供广大便秘患者参考。

第一图书网, tushu007.com

<<便秘患者饮食调养>>

内容概要

本收共分3个部分。
第一部分是便秘的基础知识；第二部分为便秘患者食疗方，共介绍了11类食物460多个食疗方；第三部分为便秘的预防措施。
附录中还介绍了食物纤维素的作用，常用药膳中食物、药物的不宜及治疗便秘的中成药选用。
内容丰富，方法简便，科学知识，是广大家庭的必备书。

第一图书网, tushu007.com

<<便秘患者饮食调养>>

书籍目录

一、便秘的基础知识 （一）便秘的概念与分类 （二）便秘的起因 （三）便秘的危害 （四）便秘的诊断 （五）便秘的辨证二、便秘患者食疗方 （一）食物的四气、五味与归经 （二）干鲜果品类 （三）干鲜蔬菜类 （四）调料类 （五）鱼肉类 （六）粮食类 （七）药茶类 （八）药饮类 （九）药粥类 （十）药汤类 （十一）药酒类 （十二）其他类三、便秘的预防附录一食物纤维的作用附录二常用药膳中食物、药物的不宜附录三 治疗便秘的中成药选用

第一图书网, tushu007.com

章节摘录

一、便秘的基础知识便秘在人群中是很常见的，它对人体的健康影响甚大，但尚未引起大家足够的重视，甚至还有些人根本不了解便秘的危害，故本章首先介绍便秘的一些基础知识。
（一）便秘的概念与分类1．便秘的概念排便间隔时间延长，大便在肠腔内停留较久，大量水分被肠壁吸收，致使大便干燥坚硬，超过两天不排大便或排便时间虽不延长，但大便坚硬，排便困难者，称为便秘。
经常便秘称为习惯性便秘。
2．便秘的分类 由于便秘的原因和症状不同而形成了不同的种类，临床可分成两大类：一类是功能性便秘，另一类是器质性便秘。
（1）功能性便秘：功能性便秘是由于肠蠕动异常引起的，大部分便秘都属于此类。
临床常见的有以下4种类型：①一时性便秘（脑型便秘）：一时性便秘是指因外出旅行等环境发生变化而引起的便秘。
生活恢复原来的规律后，便秘会自然消失。
②弛缓性便秘（结肠型便秘）：这是由于大肠松弛，送便能力减弱而引起的便秘。
体质虚弱、运动不足者的便秘，以及老人和产后妇女的便秘大都属于这种类型。

第一图书网, tushu007.com

<<便秘患者饮食调养>>

编辑推荐

《便秘患者饮食调养》是由金盾出版社出版的。

第一图书网, tushu007.com

<<便秘患者饮食调养>>

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