

<<便秘中医调治150问>>

图书基本信息

书名：<<便秘中医调治150问>>

13位ISBN编号：9787508254357

10位ISBN编号：750825435X

出版时间：2008-12

出版时间：金盾出版社

作者：尹国有

页数：265

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>

## <<便秘中医调治150问>>

### 内容概要

本书以问答的形式，简要介绍便秘的基础知识，详细阐述了中医调治便秘的各种方法，认真细致地解答了广大患者在寻求治疗调养便秘过程中可能遇到的150个有关问题。其文字通俗易懂，内容科学实用，可作为便秘患者家庭治疗和自我调养康复的常备用书，也可供基层医务人员阅读参考。

## <<便秘中医调治150问>>

### 书籍目录

- 一、正确认识便秘
- 1、粪便是怎样形成和排出体外的？
- 2、正常人的粪便颜色和性状如何？多长时间排便1次？
- 3、何谓便秘？
- 4、引发便秘的原因有哪些？
- 5、便秘是怎样分类的？
- 6、何谓功能性便秘？
- 何谓器质性便秘？
- 7、什么叫慢传输型便秘？
- 何谓出口阻塞型便秘？
- 8、何谓习惯性便秘？
- 9、哪些人易患便秘？
- 10、便秘有哪些危害？
- 11、何谓继发性便秘？
- 引发继发性便秘的常见疾病有哪些？
- 12、老年人为什么易发生便秘？
- 13、为什么长期情绪不良会引发便秘？
- 14、胃下垂患者为什么易发生便秘？
- 15、胖人为什么易发性便秘？
- 16、糖尿病患者为什么易发生便秘？
- 17、中风患者为什么易发生便秘？
- 18、心肌梗死患者为什么常发生便秘？
- 19、肺心病患者为什么易发生便秘？
- 20、妊娠后期为什么易发生便秘？
- 21、为什么吃食物过于精细的人易发生便秘？
- 22、吃食物过少的人为什么能引起便秘？
- 23、何谓粪嵌塞？
- 引起粪嵌塞的常见原因有哪些？
- 24、严重腹痛并发便秘应考虑哪些疾病？
- 25、便秘患者排便时带鲜血常见于哪些疾病？
- 26、大便初硬后溏是怎么回事？
- 27、为什么有时便秘与腹泻交替出现？
- 28、大便为什么变黑？
- 29、便秘对高血压病患者最大的危害是什么？
- 30、便秘能引发中风吗？
- 31、便秘对冠心病患者有什么危害？
- 32、便秘患者述说病情时应注意什么？
- 33、便秘患者常需做哪些检查？
- 34、便秘患者什么情况下需要做检查？
- 35、如何正确诊断便秘？
- 36、便秘患者为何有时要做大便常规及大便潜血检查？
- 37、便秘患者为何要做直肠指诊检查？
- 38、便秘患者为何要做肠镜检查？
- 39、中医如何认识便秘的病因病机？
- 40、中医是怎样确定便秘的辨证要点和治疗原则的？

<<便秘中医调治150问>>

- 41、 中医通常将便秘分几种证型？
  - 42、 什么是“阳结”和“阴结”？
  - 43、 何谓“实秘”和“虚秘”？
  - 44、 何谓“热秘”和“冷秘”？
  - 45、 “热结旁流”是怎么回事？
  - 46、 何谓“脾约”便秘？
  - 47、 正常人如何有效预防便秘？
  - 48、 为什么说跳绳运动是预防便秘的好方法？
  - 49、 如何预防老年人便秘？
  - 50、 如何预防妊娠后期便秘？
  - 51、 心肌梗死患者如何运用饮食疗法预防便秘？
  - 52、 糖尿病患者如何预防便秘？
- 二、 中医调治便秘
- 53、 中医调治便秘有哪些优势？
  - 54、 中医调治便秘常用的方法有哪些？
  - 55、 常用治疗便秘的单味中药有哪些？
  - 56、 中医治疗便秘的著名方剂有哪些？
  - 57、 如何正确煎中药汤剂？
  - 58、 怎样正确服用中药汤剂？
  - 59、 中医是怎样辩证治疗实秘的？
  - 60、 中医是怎样辩证治疗虚秘的？
  - 61、 中医是怎样治疗燥屎内结、热结旁流的？
  - 62、 中医是怎样治疗大便初硬而后溏的？
  - 63、 中医是怎样治疗“脾约”便秘的？
  - 64、 便秘患者能常服牛黄解毒片吗？
  - 65、 大黄泻下通便作用特点有哪些？
  - 66、 怎样保证番泻叶的通便作用？
  - 67、 如何选用治疗便秘的中成药？
  - 68、 常用治疗便秘的中成药有哪些？
  - 69、 何谓单方验方？
- 如何选用单方验方治疗便秘？
- 70、 常用治疗单方有哪些？
  - 71、 常用治疗便秘的验方有哪些？
  - 72、 中医怎样辩证治疗中风患者便秘？
  - 73、 中医怎样辩证治疗心肌梗死患者便秘？
  - 74、 中医怎样辩证治疗糖尿病患者便秘？
  - 75、 中医如何调治胃下垂患者便秘？
  - 76、 什么叫老年人肾虚便秘？
- 中医如何调治？
- 77、 何谓便秘自我调养六字诀？
  - 78、 何谓饮食疗法？
- 能调治便秘吗？
- 79、 便秘饮食调养原则是什么？
  - 80、 有益于便秘患者的常用食物有哪些？
  - 81、 如何应用蜂蜜缓解习惯性便秘？
  - 82、 调治便秘的食疗单方有哪些？
  - 83、 调治便秘的茶饮类食疗方有哪些？
  - 84、 调治便秘的汤羹类食疗方有哪些？

<<便秘中医调治150问>>

- 85、调治便秘的粥类食疗方有哪些？
- 86、调治便秘的菜肴类食疗方有哪些？
- 87、调治便秘的面点类食疗方有哪些？
- 88、糖尿病便秘患者的食疗方有哪些？
- 89、妇女产后便秘的食疗方有哪些？
- 90、针灸治疗便秘的常用穴位有哪些？
- 91、如何用针刺疗法辩证治疗便秘？
- 92、怎样用耳针疗法调治便秘？
- 93、何谓艾灸疗法？

能调治便秘吗？

- 94、艾灸的方法有哪些？
- 95、应用艾灸调治便秘应注意什么？
- 96、常用调治便秘艾灸处方有哪些？
- 97、何谓按摩疗法？

能调治便秘吗？

- 98、调治便秘常用按摩手法有哪些？
- 99、应用按摩疗法调治便秘应注意什么？
- 100、按揉腹部为何能调治便秘？
- 101、如何用自我按揉腹部通便法调治便秘？
- 102、如何用延年九转保健按摩法调治便秘？
- 103、如何用足底按摩法调治便秘？
- 104、怎样用睡前保健按摩法防治便秘？
- 105、按摩能调治肠胃积热型便秘吗？
- 106、按摩能调治阴寒积滞型便秘吗？
- 107、按摩能调治肝郁气滞型便秘吗？
- 108、怎样用三部结合按摩法调治便秘？
- 109、如何用推拿法调治便秘？
- 110、怎样用腹部自我保健按摩法调治便秘？
- 111、何谓运动疗法？

能调治便秘吗？

- 112、便秘患者在进行运动锻炼时应注意什么？
- 113、怎样运用慢跑运动防治便秘？
- 114、如何练习便秘防治操？
- 115、如何运用散步调治便秘？
- 116、如何运用转腹运动调治便秘？
- 117、如何用改善胃肠功能操调治便秘？
- 118、如何运用习惯性便秘防治操调治便秘？
- 119、如何运用肛门会阴运动锻炼法调治便秘？
- 120、如何运用痔疮防治操调治便秘？
- 121、徒手强肌体操能纠正功能性便秘吗？
- 122、如何运用防老操改善便秘？
- 123、如何用床上操纠正便秘？
- 124、如何用徒手调中操纠正便秘？
- 125、如何用垫上操调治便秘？
- 126、便秘患者怎样练习强肌畅中操？
- 127、如何练习八段锦调治便秘？
- 128、如何练习五禽戏调治便秘？

<<便秘中医调治150问>>

129、如何练习祛病延年二十式？

130、太极拳能调治便秘吗？

练习太极拳应注意什么？

131、何谓拔罐疗法？

能调治便秘吗？

132、拔罐的罐具种类和拔罐的方法有哪些？

133、拔罐疗法调治便秘应注意什么？

134、常用调治便秘拔罐处方有哪些？

135、何谓刮痧疗法？

能调治便秘吗？

136、常用的刮痧器具及介质有哪些？

137、刮痧的具体操作方法有哪些？

138、刮痧疗法调治便秘应注意什么？

139、常用调治便秘刮痧处方有哪些？

140、何谓敷贴疗法？

能调治便秘吗？

141、敷贴疗法调治便秘应注意什么？

142、常用调治便秘的敷贴处方有哪些？

143、为什么用热水洗脚能防治便秘？

144、何谓心理疗法？

能纠正便秘吗？

145、心理疗法为何能纠正便秘？

146、便秘患者的心理症结有哪些？

147、用于调治便秘的心理疗法有哪些？

148、便秘患者如何做好心理保健？

149、怎样练瑜伽调心态纠正便秘？

150、如何通过起居调摄纠正便秘？

## 章节摘录

一、正确认识便秘 1. 粪便是怎样形成和排出体外的? (1) 粪便的形成: 人们常说: “民以食为天。

”人生活在世上, 每天都要吃东西, 以保证生命活动所需的各种营养物质。

但是, 人吃的东西毕竟不能全部被消化吸收, 食物从口腔进入人体后, 经过消化系统的消化作用, 除了一部分作为营养物质被机体吸收和利用外, 还会留下一些残渣, 如蔬菜、水果中的纤维素等没有被吸收、利用的食物残渣和废物通过小肠的蠕动被推入到大肠, 在大肠被吸收一部分水分、盐类等物质后逐渐变稠, 最后在大肠分泌的黏液和肠内细菌的作用下形成粪便, 贮存于结肠的下部。

粪便是人体对饮食进行消化吸收后剩余的残渣和废物, 一般粪便含有食物中未消化的纤维素、结缔组织、上消化道分泌的黏液、胆色素、黏蛋白、消化液、消化道黏膜脱落残片、上皮细胞及肠道内的细菌等。

(2) 粪便的排出机制: 排便是人体的\_种复杂生理活动和协调准确的生理反射功能。

人从出生开始, 正常状态下应每日或隔日排一次大便, 其排出机制主要有以下几个方面: 大肠运动。

食物经小肠消化吸收进入大肠, 在大肠“分节运动”和再吸收作用下形成粪便, 又在大肠间歇性“前伸运动”推动下, 使粪便以每分钟1~2厘米的进程, 缓慢地、不间断地向前推移。

另外, 大肠还有一种进行很快、推进很远的蠕动, 叫“集团运动”。

<<便秘中医调治150问>>

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>