第一图书网, tushu007.com

<<纯天然无副作用疗效神奇的对症治 >

图书基本信息

书名：<<纯天然无副作用疗效神奇的对症治疗大百科>>

13位ISBN编号：9787530948644

10位ISBN编号：7530948644

出版时间：2007-3

出版时间：天津教育

作者：长屋宪

页数：226

译者：李炜

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

本书作者为著名中医世家第19代传人，索尼生命情报诊疗所所长，具有丰富的临床经验。
本书按常见病症分类，从头到脚，从皮肤到内脏，小到各种身体不适，大到呼吸、消化、泌尿、循环、脑、神经、代谢、感觉等各系统常见病症，面面俱到；综合最新的营养学研究成果及代代流传的民间疗法，总结出450多种以食物、常见药草等纯天然、无副作用的材料进行对症治疗的方法。
这些方法不仅操作非常简便，而且对许多常见病症具有神奇疗效。

作者简介

长室宪，1955年生，日本著名医学专家，中医世家第19代传人，五反田西口医院院长。

1991年起任索尼生命情报诊疗所所长。
现为索尼生命情报研究所顾问，日本医科大学东洋医学中心特约医师。

书籍目录

前言制作要领 药草摘取、保存的要领 药茶的制作要领 药酒的制作要领 蔬菜汁的制作要领 焦烤的要领PART1 呼吸系统病症 感冒 咳嗽、多痰 发烧 咽喉痛PART2 消化系统、泌尿系统病症 胃部不适 胃痛 胃积食、胃酸多 便秘 腹泻 便秘与腹泻交替发作 痔疮 宿醉 浮肿 排尿异常PART3 循环系统病症 高脂血症 高血压 血压不稳 心悸、气短 贫血PART4 代谢障碍、大脑和神经功能紊乱 高血糖 肥胖 肩膀酸痛 腰痛及关节痛 过敏性疾病 神经痛 头痛 失眠PART5 皮肤病症 皮肤粗糙 色斑和皱纹 湿疹 脓包或粉刺 烧伤或皮肤皲裂 瘊子 特应性皮炎 脚癣 头皮、头发问题PART6 口腔与眼部病症 牙痛 牙龈肿痛 口腔及嘴唇疼痛 视力模糊 眼睛疲劳PART7 其他常见病症 生活习惯病 身体不适 慢性疲劳 精力减退 苦夏 更年期综合征 寒症 体臭

章节摘录

插图用醋治脚癣醋酸能够杀死真菌　　脚癣是由于真菌这种微生物寄生在皮肤，特别是脚趾皮肤上引发的。
真菌喜欢温暖湿润的地方，多在角质层里面繁殖，因此脚癣不易被治好。
　　即使脚癣暂时看上去好了，但实际上可能只是真菌的繁殖受致函了抑制，真菌并没有从根本上被清除，因而在治疗脚癣的过程中要保持耐心。
　　许多食品具有杀菌作用，特别是醋，醋酸比例在4%～5%的醋能够杀死真菌，缓解脚癣。
醋袜子　　如果用具有杀菌作用的醋浸泡袜子，就可以治愈脚癣。
【材料和做法】　　醋适量、袜子１双　　①将醋倒入脸盆中，把袜子浸泡5分钟（皮肤敏感的人可以用10的温水将醋稀释后再浸泡）。
　　②穿上袜子，外面再套上塑料袋。
如果脚趾间有脚癣，可在穿袜子前，在脚趾间夹上蘸了醋的纸巾。
患处潮湿的人穿40分钟，患处干燥的人穿1个小时，然后脱掉袜子，用肥皂将脚清洗干净，擦干。
　　如果患处有伤，会发生感染或产生刺痛感，这种情况下不要用上述方法。

媒体关注与评论

神奇疗效，食物中来/洪昭光　　2005年6月起，大众健康丛书“食物是最好的医药”系列陆续推出。
该系列引导人们关注自身健康，改善日常生活的饮食习惯，把疾病的预防做在前面。
以食物来预防和治疗疾病，不仅符合节约的原则，还没有副作用，更有利于健康。
因此，这一系列图书出版后，好评如潮。
　　如今，“食物是最好的医药”的观念已深入人心。
我们需要进一步去了解的是把食物“变”成最好的医药的方法，而美中不足的是，目前的图书或报道多数是对食物功用的介绍，系统且具体介绍“变”法的很稀少。
那么，怎样才能让食物的药效最好地发挥出来，真正起到防治疾病的作用呢？
　　这本《纯天然无副作用疗效神奇的对症治疗大百科》就为您解决了这个问题。
本书按常见病症分类，从头到脚，从皮肤到内脏器官，面面俱到。
包括眼睛疲劳、精力减退等还未发展成病的身体不适症状，感冒、发烧、咳嗽等去医院看太花时间又很困扰人的疾病，还有高血压、高血脂、糖尿病等与饮食调养息息相关的慢性病等。
采用了食物、常见药草等纯天然、无副作用的材料进行对症治疗。
最关键的是，它告诉了你加工制作这些材料的具体方法。
针对这些不同的病症，有些食物需要榨成汁饮用，有些食物需要焦烤成炭状服用，有些食物则可以外敷于患处。
　　比如，鼻塞时，可将白萝卜榨成汁后，用棉花蘸取，塞在鼻孔中，反复2～3次就能使鼻子通气；把红豆干炒10～15分钟后，用搅拌机研成粉末，溶入牛奶中饮用，不仅能保证高质量的睡眠，还能调节自律神经，提高肠胃和其他器官机能；牙痛时，可以将擦碎的芦荟叶子厚厚地涂在布上贴于患处，作为应急措施；将猕猴桃泡成药酒每日饮用，能够预防动脉硬化、糖尿病等，还可以改善慢性疲劳的症状。
这些加工方法操作起来都非常简单，又能够充分发挥出食物的神奇疗效。
　　作者长屋宪是著名中医世家第19代传人、索尼生命情报诊疗所所长，具有丰富的临床经验，学贯中西，医通古今。
本书综合最新的营养学研究成果以及代代流传的民间疗法，总结出450多种对症治疗的天然方法，内容丰富翔实，融科学性、实用性、趣味性于一体。
　　我国目前倡导建设节约型社会，构建和谐社会。
只要每个公民播种健康，就会收获节约；珍爱生命，就会收获和谐。
可见，掌握科学、经济的防治疾病的天然方法，不仅对个人和家庭有益，同时也是对社会的贡献！
　　全国健康教育首席专家　洪昭光前言
　我们经常能听到“药食同源”、“以食养生”的说法，从中可以看出，“饮食”和“健康”有着密不可分的关系。
现在，癌症正在成为人类死亡的第一大原因，而癌症的发病原因之一就在于日常的饮食不当。
另外，在防治高血压、糖尿病、肥胖等诸多生活习惯病方面，饮食同样发挥着很大的作用。
　　现在，我们周围的食物品种繁多，几乎想吃什么就能买到什么。
另外，只要获知“某某食物对身体有益”的信息，人们都会蜂拥到商店购买。
由此可以看出，人们希望知道哪些食物对人体有益。
　　本书介绍了日常生活中的食物具有的药效及其对症治疗的制作方法。
书中包容了大量的信息，有些来源于最新的营养学研究成果，有些来自中药知识，还有一些是自古以来代代相传的民间疗法，内容丰富翔实。
本书最大的特点在于书中介绍的制作方法十分简便易行，都可以在家中自己制作。
　　你最好的医学并非别人，而是你自己。
希望这本书能够帮助你及你的家人保持健康。
　　长屋宪提示　　因为每个人的体质不同，或许有些人并不适合使用本书所介绍的方法，可能会出现过敏症状。

因此，第一次一定要少量尝试，外用方事前要做皮试，确认没有问题后再使用。
一旦出现异常情况，需要立刻找医生咨询。

编辑推荐

《纯天然无副作用疗效神奇的对症治疗大百科》总结出450多种以食物、常见药草等纯天然、无副作用的材料进行对症治疗的方法。
这些方法不同于一般食疗书的菜谱式做法，针对不同病症，或榨汁、制茶、泡酒饮用，或焦烤成炭状服用，或敷于患处……不仅操作简便而独特，而且对许多常见病症具有神奇疗效。

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