

<<痛风自然疗法>>

图书基本信息

书名：<<痛风自然疗法>>

13位ISBN编号：9787534566578

10位ISBN编号：7534566576

出版时间：2009-11

出版时间：江苏科技

作者：彭伟明 编

页数：181

字数：150000

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>

<<痛风自然疗法>>

前言

人与自然是统一的，人起源于自然，依靠于自然，发展于自然，归结于自然。

人类作为自然界的产物及其组成部分，其生理功能和病理变化不断受到自然界的影响和自然法则的支配，自然界的千变万化直接或间接地影响着我们的健康。

所以，我国最早的医籍《黄帝内经》中提出了“天人合一”的观点。

人类为了生存，在与大自然搏斗中发现和创造了种种利用自然来治疗疾病的方法，逐步形成了食物疗法、药膳疗法、茶酒疗法、动植物疗法、体育疗法、按摩疗法、推拿疗法、针灸疗法、耳压疗法、拔罐疗法、磁场疗法、足部疗法、药浴疗法、药敷疗法、药贴疗法、刮痧疗法、心理疗法、起居疗法、音乐疗法、舞蹈疗法、书画疗法、花卉疗法、日光疗法、空气疗法、泥土疗法、泉水疗法、森林疗法、高山疗法、热沙疗法等具有特色、简单易行、方便实用、疗效确切的自然疗法。

所谓自然疗法，我认为就是除了外科手术、放射疗法、化学合成药物以外的无创伤、无痛苦的自然治疗方法，它的内容丰富多彩，蔚为大观，并形成了一门横跨预防医学、临床医学、康复医学的应用医学学科。

随着生物医学模式向生物-心理-社会医学模式的转变，合成药物毒副作用的危害及现代病、富贵病、医源性疾病和药源性疾病的大量涌现，人们要求“回归大自然”的返璞归真的呼声日益高涨，自然疗法已经引起世界人民的极大关注和重视。

目前，自然疗法在欧洲、美洲及亚洲的许多国家和地区颇为盛行。

美国和澳大利亚成立了自然疗法学院，日本有自然疗法学会，东南亚国家及中国的港澳台地区有中华自然疗法世界总会，中国台湾省也成立了自然疗法学会，并创办了《自然疗法》杂志。

南京于1997年5月率先成立了南京自然医学会。

2007年，世界自然医学总会在南京成立。

<<痛风自然疗法>>

内容概要

痛风是由于遗传性或获得性病因导致嘌呤代谢障碍和血尿酸持续升高而引起的疾病。它是长期嘌呤代谢紊乱、血尿酸增高所致组织损伤的一组疾病。在地球上有人类出现的地方，就有痛风存在。

本书通过不吃药的自然养生妙方，帮助读者改善痛风症状。书中所介绍的各种自然疗法，有继承前贤的经验，也有编著者长期的实践经验，内容翔实，简单易行，疗效确切，融科学性、知识性、实用性于一体，文字通俗易懂，适合城乡广大群众阅读和选用。

<<痛风自然疗法>>

作者简介

彭伟明，毕业于北京中医药大学（五年制），后获广州中医药大学医学博士、世界自然疗法医学会自然疗法博士、世界自然疗法考核委员会注册自然疗法医师、美国自然疗法医学认证委员会注册自然疗法医师、加拿大自然疗法考核委员会注册自然疗法医师，现任中国香港丞元中医诊所主任医师兼经理、中国中医药（中国香港）有限公司董事总经理、丞元中医药有限公司董事总经理、国际东方药膳食疗学院院长、国际自然疗法学院讲师、中国香港中医专科学会会长、中国香港中文大学中医学院中医学会副会长、名医名方研究会常务副会长。

擅长诊治内、妇科常见病及疑难杂症，对自然疗法有深入研究，已参编著作多部。

丛书主编简介：谢英彪，现为南京中医药大学第三附属医院暨南京市中医院主任医师、教授、南京市继承名中医学术经验指导老师，现任江苏省科普作家协会常务理事兼医卫专业委员会负责人、南京科普作协副理事长、中华中医药学会科普分会常务理事、江苏省养生保健业协会常务理事兼科普委员会主任委员。

获优秀图书奖19项，获市级以上科技进步奖6项。

2005年获“全国首届百名中医药科普作家”称号；2007年获“全国突出贡献科普作家”称号；2008年获“全国首届百名中医健康信使”称号。

<<痛风自然疗法>>

书籍目录

Part 1 痛风的基本知识 (一) 痛风由来已久 (二) 痛风的分类 (三) 痛风的临床表现 (四) 痛风的检查与诊断 (五) 治疗痛风的西药 (六) 痛风的中医诊断标准 (七) 中医药治疗痛风 (八) 防患于未然Part 2 食物疗法 (一) 痛风的饮食治疗 (二) 痛风患者的常用食物 (三) 痛风食疗验方与菜谱Part 3 药茶疗法 (一) 药茶的种类 (二) 药茶的剂型 (三) 痛风茶疗验方Part 4 药膳疗法 (一) 药膳疗法的特色 (二) 抗痛风药膳验方Part 5 体育疗法 (一) 痛风了也要运动 (二) 治疗痛风的常用体育疗法 (三) 体育疗法的注意事项Part 6 按摩疗法 (一) 按摩治疗痛风的机理 (二) 按摩治疗痛风的方法 (三) 按摩治疗痛风的注意事项Part 7 针刺疗法 (一) 针刺治疗痛风的机理 (二) 针刺治疗痛风的方法 (三) 针刺治疗痛风的注意事项Part 8 沐浴疗法 (一) 蒸汽浴 (二) 温泉浴 (三) 沙浴 (四) 痛风患者沐浴时要注意的问题Part 9 心理疗法 (一) 痛风对心理健康的危害 (二) 痛风心理治疗的具体方法Part 10 娱乐疗法 (一) 音乐疗法 (二) 文娛休闲法Part 11 起居疗法 (一) 起居疗法要点 (二) 痛风患者起居疗法中的几个问题

<<痛风自然疗法>>

章节摘录

插图：后血中嘌呤成分也增加，经过体内代谢，导致血尿酸水平增高，可诱发痛风性关节炎急性发作。

高尿酸血症是痛风病发生的必要条件，但并不是所有高尿酸血症都会发展成为痛风。

由于长期持续高尿酸血症，尿酸在组织或关节滑液中呈饱和状态，而使尿酸盐结晶析出并沉积在关节、关节周围、皮下及肾脏等部位，引起痛风性关节炎、痛风结节、肾脏结石或痛风性肾病等一系列临床表现，这就是痛风的成因。

而高尿酸血症是由于嘌呤代谢异常，引起血中尿酸含量增高。

血中尿酸的高低取决于嘌呤的摄入、体内的合成及排泄等几个方面： 外源性摄入增多，大量进食富含嘌呤的食物。

体内合成增多。

由于存在遗传缺陷，促进尿酸合成的酶活性增加，或抑制尿酸合成的酶活性减弱，均可使尿酸增多。

肾脏排出减少。

由于肾脏病变、酶中毒等原因，可使尿酸从肾脏排出减少，引起尿酸增高。

尿酸值升高有两种情形：一是体内制造的尿酸太多；二是尿酸排泄不畅，存积在体内而造成。

在我国，痛风以往一直被认为比较少见。

但近年来，一方面由于医疗条件的改善及医务人员对痛风认识的提高，同时患者也提高了警惕，使被漏诊和误诊为风湿性关节炎、类风湿关节炎、丹毒、骨关节炎、结核性关节炎、反应性关节炎的痛风能得到及时诊断；另一方面，随着生产方式的改进，体力劳动的强度有所减轻，人民生活水平不断提高。

<<痛风自然疗法>>

编辑推荐

《痛风自然疗法(畅销升级版)》：不吃药的自然养生妙方。

<<痛风自然疗法>>

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>