

<<女性常见病经络调理>>

图书基本信息

书名：<<女性常见病经络调理>>

13位ISBN编号：9787538440669

10位ISBN编号：7538440666

出版时间：2009-5

出版时间：吉林科技

作者：杨文忠

页数：271

字数：200000

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>

<<女性常见病经络调理>>

前言

约2500年前，中国现存最早的医学巨著——《黄帝内经》诞生了，在这部典籍中，一个重要的概念贯穿全书，那就是经络。

经络是经脉和络脉的总称。

古人发现人体上有一些纵贯全身的路线，称之为经脉；又发现这些大干线上有一些分枝，在分枝上又有更细小的分枝，古人称这些分枝为络脉。

“脉”是这种结构的总括概念。

随着中医经络医学的不断传播和人们对传统医学的认识逐步加深，曾经晦涩难懂的经络医学渐渐进入平常百姓家。

经络的应用对女性身体健康有着特别密切的关系。

随着生活水平的提高，女性对健康有了新的要求。

首先要防患于未然。

人们越来越重视健康了，在日常生活中，很注意身体的修养，而不再是等到疾病找上门来才急着去治疗。

所以养生越来越受到重视，而很多慢性病，采用西医治疗并不能取得理想效果，因此中医疗法也就更加受推崇。

另外，治病不仅要把病治好，更要求治疗对人体不产生不良反应，不破坏身体平衡。

而经络调理讲究的就是自然和平衡，没有病的时候，注意保养身体，生病了，要讲究调养，即常说的：七分靠养，三分靠治。

虽然中医看起来治疗的时间会更慢一点，但对身体的危害却是最小的，甚至没有不良反应，也有利于健康长寿。

<<女性常见病经络调理>>

内容概要

现代女性面临着巨大的挑战，尤其是中年女性，既要面临工作的压力，又要处理好家庭事务，长期的“高压”环境，再加上不注意生活细节，疾病很容易找上来。

本书针对30岁以上女性易患的41种常见病、慢性病，介绍实用的中医经络治疗方法，通过调理经络、气血的功能活动，进而调节脏腑机能，达到有效治疗并且快速康复的目的。

本书有针对性地挑选一些原理和方法深入浅出地进行讲解和演示，您可以在医生或专家的指导下，参考本书，根据自己的特点，学习经络调理，防病治病。

通过阅读本书，不仅能学习到常见疾病的调理方法，增长医学知识。

而且也能更加深刻地体会到中医理论与我们日常的生活并不遥远，如果应用得当，您也可以做个中医健康专家。

<<女性常见病经络调理>>

作者简介

杨文忠，毕业于江西中医学院，曾在《江西中医药》杂志担任健康科普编辑，参与《人体内的健康密码》、《有病早知道》成人版和少儿版、《50种益健康的习惯》、《50种益健康的运动》、《50种健康自测》、《10月孕期全程手册》等图书的编写，《有病早知道》是其代表作。

<<女性常见病经络调理>>

书籍目录

CHAPTER 1 神经系统疾病 三叉神经痛 紧张性头痛 失眠 神经衰弱 坐骨神经痛
CHAPTER 2 消化系统疾病 慢性腹泻 胃下垂 慢性胃炎 胃溃疡 慢性肠炎 慢性肝炎 便秘
CHAPTER 3 呼吸系统与耳鼻喉疾病 哮喘 牙痛 慢性鼻炎 慢性咽炎
CHAPTER 4 关节疾病 肩周炎 足跟痛 颈椎病 类风湿性关节炎 腰椎间盘突出
CHAPTER 5 妇科疾病 痛经 月经不调 闭经 慢性盆腔炎 子宫脱垂 乳腺增生 缺乳 更年期综合征 痔疮 雀斑与黄褐斑
CHAPTER 6 外科与其他疾病 痤疮 脱发 视疲劳 贫血 肥胖 高血压 低血压 糖尿病 慢性疲劳综合征 腰肌劳损
附录

<<女性常见病经络调理>>

章节摘录

插图：中医认为，饮食入胃，经脾胃运化，吸收其精华，剩其糟粕，最后由大肠排出，即为大便。如胃肠功能正常，则大便畅通，不容易发生便秘。

否则则会导致便秘。

导致便秘的常见病因如下：1．燥热内结。

过食辛辣厚味，以致肠胃积热，或热病之后余热留恋，津液不足，导致肠道燥热，津液失于输布而不能下润，于是发生便秘。

2．气血两虚。

饮食劳倦内伤，或大病之后、产后及老年体衰之人，气血两亏，气虚则大肠传导无力，血虚则津枯，大肠失润，形成便秘。

3．阴寒内结。

素体阴虚，或年高体弱，命门火衰，阴寒内生，阴气固结，留于肠胃，津液不通而成便秘。

4．气滞内结。

忧愁思虑过度，情志不舒，或久坐，致气机郁滞，不能宣达，于是通降失常，传导失职，使糟粕内停，不得下行，而成便秘。

<<女性常见病经络调理>>

编辑推荐

《女性常见病经络调理(图解版)》是吉林科学技术出版社出版，经络通内外，调节脏腑平衡。疾病多是平衡被破坏，经络调理祛病法才是从根本上保护健康的有效手段。600余幅调理手法过程图示，全面提供41种疑难杂症的解决方案，自己也能当中医121种秘传偏方，花小钱治大病，做自己的康复医师。

<<女性常见病经络调理>>

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>