第一图书网, tushu007.com

<<中医四讲>>

图书基本信息

书名：<<中医四讲>>

13位ISBN编号：9787546115535

10位ISBN编号：7546115531

出版时间：2011-1

出版时间：黄山书社

作者：庞士统

页数：216

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

内容概要

本书为了适应现代生活快节奏，满足人们健康养生的需求，立足于普及中医药科学文化，结合作者毕生所学、临床经验及家传秘方，使祖国传统医学真正走入我们的家庭和生活，守护我们的健康。

第一图书网, tushu007.com

作者简介

庞士统，1947年生，河南南阳人，中医世家，大学文化，1979年通过国家中医药人才选拔进入开封市第二人民医院工作。
从事中医药研究和临床工作40多年，副主任药师、国家执业药师，国内外多个医药研究机构客座教授、研究员。
在各种学术期刊发表专业学术论文50余篇，专著2部，获国

书籍目录

第一章　中医养生生活化——生活中的中医养生知识　第一节　先天养生　一、择偶　二、育种　三、养胎　第二节　后天养生　一、愉悦自得法　二、自我修炼法　三、昼夜养生法　四、饮食养生法　五、四时养生法　第三节　心理因素治病法　一、劝慰开导法　二、以情胜情法第二章　上工治未病——中医保健知识ABC　第一节　保持卫生的五种洗方　一、洗手　二、洗脸　……第三章　满眼都是好药材——日常食物的中药功效第四章　你也能成老中医——成为一名“老中医”并不难

章节摘录

一、劝慰开导法　首先了解病人生病的原因和疾病发生、发展的过程，认真地对掌握的病情材料进行分析，做到自己心中有数。
然后再与病人促膝谈心，力求获得病人的信任。
在此基础上利用人类求生的本性，通过对患者进行语言的开导、劝解来消除患者的心理负担。
再针对他所患的疾病，晓之以理，即指出患者发病的原因和这种疾病所产生的后果。
分析克服这种情况的方法与实施方法的可行性，使其了解他自己应该抱什么态度，采取什么措施，达到什么目的。
动之以情，即让患者从内心认.识到他周围的亲人是多么关心他、爱护他、需要他，多么希望他能战胜疾病，早日康复。
并设身处地地为患者考虑，从而帮助他制订克服困难的可行性方法，使他建立起一个明确的近期目标和远期目标。
明之以法，即使患者充分明白和掌握恢复健康的心理态度，使其勇敢地正视现实，在客观条件下，从自己做起，信心百倍地迎接挑战，克服自我，克服困难，去争取疾病的痊愈和身体的恢复。
运用劝慰开导法，对于大病、慢性病，可使患者产生战胜疾病的信心和勇气，有利于病情的稳定和治疗。
对于因心理因素引起的抑郁症、精神疾病，可不用针药而愈。
二、以情胜情法　此法是利用祖国医学五行生克在脉象学上的运用，用精神意识对五脏的损伤进行纠正的精神疗法。
1.怒伤肝，悲胜怒　在经史传记小说中，经常出现下列情景：下属犯了重罪、大错，具有生杀大权的上司大怒，必欲将其处死而后快。
这时，再高明的医生配药也不管用，只有同僚陈述下情，使主上产生悲怜之心，才能网开一面，免其灭顶之灾。
这在七情上，是运用了以悲胜怒的方法。
有个电视剧描述了一对夫妻善怒，为家庭小事恶语相加，继而大打出手。
远来的婆婆看在眼里，心急之下患心脏病晕倒在地。
儿媳见状，马上停止了打骂，扑向婆婆，夫妻两个再无闲心怒骂、怒打，急忙救治老人。
眼见老人的悲惨情景，加之老人在医生抢救下清醒后对夫妻二人的教诲，夫妻二人从此互相体贴，和好如初。
人心本有慈善的天性，往往是两人相争，或“话赶话，没好话，拳打拳，没好拳”，两不相让，逐步升级，这时谁想压制对方，往往会招致更大的反抗，产生更严重的后果。
只有唤回本能的同情心，使其产生怜悯之情，方可开脱。
这.在中医理论上称为悲胜怒法。
怒伤肝在治疗上，往往采用以喜解怒的方法，如俞震（（古今医案按·七情》载：项关令之妻，病怒，不欲食，常好叫呼怒骂，欲杀左右，恶言不辍。
众医处药，半载无功。
戴人视之日：此难以药治。
乃使二娼，各涂丹粉，作伶人状，其妇大笑。
次日又令作角抵，又大笑。
复于其旁，常以两个能食之妇，夸其食美，其妇亦索其食一尝之。
不数日，怒减食增而瘥。
2.悲伤肺，喜胜悲　悲忧则气消，故悲忧之极，必伤肺脏。
喜为心火之志，喜则神畅，故胜肺之忧悲。
传说有一太守，很能体察民情。
一年大旱无雨，太守忧悲牧养之民，终成大疾，百药不效。
有一智者，自称能治此病，进太守床前，屈指数之日：过今、明两日，后天病瘥。

起身便走，太守有疑，自觉身体稍佳，心情稍安。
第二天下午起风，至傍晚落雨，至子夜始停，雨足解旱情，太守大喜，病遂瘥。
后智者复来，太守请问其故，智者日：太守因旱病，因雨解病，何疑之有？
《儒门事亲·因忧结块》载：息城司候，闻父死于贼，乃大悲哭之，罢，便觉心痛，日增不已，月余成块，状若覆杯，大痛不住，药皆无功。
议用燔针炷艾，病患恶之，乃求于戴人。
戴人至，适巫者在其旁，乃学巫者，杂以狂言，以谑病者，至是大笑不忍，回面向壁。
一二日，心下结块皆散。
3.喜伤心，恐胜喜　　话说老范进屡试不中，却逢场必考，家中贫寒，乡里颇有非议，四邻因此而少来往，亲朋也因此而寡走动。
其岳父胡屠户也前来训斥数落，范进对其十分害怕。
当54岁时又逢乡试，老秀才范进在周围嘲笑中又进考场。
回家后难免招致不尽的闲言碎语和不屑的目光。
岳父胡屠户提着一副猪大肠进门，说是来看望女婿考场回来，实则又训斥教育一番，范进唯唯诺诺，连声称是，一派下作形象。
胡屠户吃饱喝足，腆着肚子，昂头挺胸而去。
范进拱手作揖，送出家门老远。
突然有报子说范进老爷高中举人，霎时全村欢腾。
乡村里不尽的阿谀奉承，左邻右舍无限的热情侍奉，县令老爷也坐轿前来送礼祝贺。
范进被这突来的惊喜伤了心，一下子疯癫起来，只会说：“我中了，我中了……”高兴得披头散发，弄脏了衣服，跑掉了鞋子，掉进了水塘，被人捞起，又一路笑着奔去。
有懂事的老者说：“老爷这是喜伤了心，必须用恐吓的方法来治疗。”大家合计只有他岳父才能救他。
在众人的怂恿下，胡屠户壮着胆子，挽着袖子，板着脸子，瞪着双眼，喝声一掌，向范进脸上打去，范进本来恐惧岳父，被这一惊吓，顿时醒来，神智恢复了正常。
……

编辑推荐

《中医四讲》：你身边的中医养生知识　先天养生法　后天养生法　心理因素治病法　你应该知道的中医保健知识　保持卫生的五种洗方　防病六法　七窍保健法　治疗慢性病的运动方法　日常食物的中药功效　只要掌握“四诊”“八纲”，你也能成为中医

第一图书网, tushu007.com

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