第一图书网, tushu007.com

<<腰椎间盘突出症调养宜忌>>

图书基本信息

书名：<<腰椎间盘突出症调养宜忌>>

13位ISBN编号：9787810863032

10位ISBN编号：7810863037

出版时间：2007-1

出版时间：第四军医大学

作者：王强虎

页数：184

字数：100000

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

<<腰椎间盘突出症调养宜忌>>

内容概要

药物可“治病”，也可“致病”。
日常吃的食物也有同样的问题。
没有悉心呵护，哪来健康和幸福？
没有宜忌的约束，哪里会有生命生机的重现？
　　这是一套适合不同人群与各种疾病宜忌的丛书，通俗、易懂、实用、价廉，是名副其实的“大众健康小百科”。
套用前人的名言，就是“山不在高，有仙则灵；书不在深，有用则行”。
《大众健康小百科》综合特定人群及其家人对健康知识的基本需求，包括了常见的疾病的饮食、营养、起居、运动、娱乐、自疗、就医等各个方面的宜忌，以及不同人群在心理、起居、饮食、运动、日常生活方面的康复宜忌等，分别成册，自成一体。
相信通过书中健康宜忌的讲述，能够引导广大读者遵循生命规律，提高生活质量，有疾者尽快恢复，无疾者健康快乐!本书为系列之一，主要介绍腰椎间盘突出症的调养宜忌。

作者简介

王强虎，陕西华县人，现为国内著名养生学专家，健康类畅销书作者，在国内数家出版社出版健康类科普书籍500余万字。
其作品不仅畅销大陆，且多部图书的版权输出到港、台地区，并受到读者的欢迎。
让每个人都健康的生活是作者的恒久信念。

<<腰椎间盘突出症调养宜忌>>

书籍目录

第1篇 揭开腰椎间盘突出症的面纱　人体脊柱椎间盘的构成　人体脊柱椎间盘的作用　腰椎间盘突出症是一种什么病　腰椎间盘突出症的病因有哪些　腰椎间盘突出症的临床报警信号　腰椎间盘突出症的临床分期　腰椎间盘突出症的中医分型　腰椎间盘突出症的治疗在于全面调养第2篇 腰椎间盘突出症患者饮食宜忌　腰椎间盘突出症患者宜吃的食物　腰椎间盘突出症治疗宜用的药粥疗法　腰椎间盘突出症治疗宜用的药茶方　腰椎间盘突出症治疗宜用的药酒方　腰椎间盘突出症患者喝药酒宜忌　腰椎间盘突出症患者宜喝的汤羹第3篇 腰椎问盘突出症患者营养素调衡宜忌　腰椎间盘突出症患者营养素宜平衡　腰椎间盘突出症患者宜补的维生素　腰椎间盘突出症患者宜补的矿物质　腰椎间盘突出症患者饮水的宜忌　腰椎间盘突出症患者补脂类宜忌　腰椎间盘突出症患者补糖类宜忌　腰椎间盘突出症患者宜补蛋白质第4篇 腰椎间盘突出症患者运动宜忌　腰椎间盘突出症患者的运动原则　腰椎间盘突出症患者宜选的运动项目　宜于腰椎间盘突出症患者的传统运动项目　腰椎间盘突出症患者运动准备宜忌第5篇 腰椎间盘突出症患者起居宜忌　腰椎间盘突出症患者房事宜忌　腰椎间盘突出症患者水浴宜忌　腰椎间盘突出症患者睡眠宜忌　腰椎间盘突出症患者起居宜忌第6篇 腰椎间盘突出症患者心理调护宜忌　腰椎间盘突出症患者心理调养宜忌　腰椎间盘突出症患者文化娱乐治疗宜忌　腰椎间盘突出症患者旅游宜忌第7篇 腰椎间盘突出症患者诊疗宜忌　腰椎间盘突出症的治疗原则　腰椎间盘突出症的检查方法　腰椎间盘突出症按摩治疗宜忌　腰椎间盘突出症艾灸治疗宜忌　腰椎间盘突出症拔罐治疗宜忌　腰椎间盘突出症热敷治疗宜忌　腰椎间盘突出症宜用药物贴敷　腰椎间盘突出症药物贴敷宜忌　腰椎问盘突出症牵引治疗宜忌　腰椎间盘突出症宜选的中成药　腰椎间盘突出症宜选的民间验方　腰椎问盘突出症理疗宜忌　腰椎间盘突出症患者用药宜忌　腰椎间盘突出症手术治疗宜忌　经皮穿刺腰椎间盘切除术宜忌　腰椎间盘突出症溶核术治疗宜忌

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