

<<与胃痛为伴>>

图书基本信息

书名：<<与胃痛为伴>>

13位ISBN编号：9787501729814

10位ISBN编号：7501729816

出版时间：2005-1

出版时间：中国经济出版社

作者：艺文

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>

<<与胃痛为伴>>

内容概要

慢性病会让你在生活中有诸多不便。

它给你带来的可能不仅仅是在身体上的痛苦，更有心理上的诸多阴影。

一般医生能给予的只是开出药方，或一些一般的生活建议，但是在生活中你还会遇到各种医生没有告知的细节。

所以在这个时候，你最需要的就是了解疾病、了解自身，并且尽可能正常、快乐的生活。

正因如此，我们编写了这套《与病痛为伴》丛书，包括《与头痛为伴》、《与胃痛为伴》、《与肝炎为伴》等等，希望它能够对你的生活做出指导，·这也正是本套丛书的编写的宗旨。

在阅读本书时，你会发现，“与慢性病为伴”并不可怕，除了科学、合理地用药之外，生活中的自我保健、调养、运动也不容忽视。

俗话说“三分治，七分养”就是这个道理。

另外，本丛书的风格是乐观和轻松的，在咨询指导的前提下，给读者一种积极向上的生活理念，希望你读过之后，会对你的病症有所帮助。

<<与胃痛为伴>>

书籍目录

1 别把老毛病不当一回事 胃痛，与吃有关的病 老毛病，更要注意 这类人容易胃痛 这些胃痛必须就医 胃痛患者就医须知 2 胃痛，缘何而来 首先，判定您是哪类胃痛 饮食是关键 生活因素不能忽视 药物也可引发胃痛 注意，老人和儿童的胃痛 3 上班族，保养好你的胃 您的胃也需要呵护 痊愈虽难，但可不再复发 饮食习惯要注意 养生保健不只是老人的事 4 与胃痛为伴，必须学会自诊 胃痛的治疗原则 现代人饮食误区 食物选择与安排 胃痛患者的饮食宜忌 5 预防胃痛，从饮食开始 合理膳食的原则 现代人饮食误区 食物选择与安排 胃痛患者的饮食宜忌 精选饮食疗方 6 心理调护很重要 胃痛与心理因素 培养乐观的情绪 学会心理疗法 7 试试其他疗法也不错 自然疗法好处多 坚持运动最有益 并不复杂的针灸疗法 按摩也能治病 偏方医治见奇效 后记

<<与胃痛为伴>>

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>