

<<现代名中医肥胖治疗绝技>>

图书基本信息

书名：<<现代名中医肥胖治疗绝技>>

13位ISBN编号：9787502369293

10位ISBN编号：7502369295

出版时间：2011-7

出版时间：科技文献出版社

作者：吴天真 等主编

页数：247

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>

<<现代名中医肥胖治疗绝技>>

内容概要

《现代名中医治疗绝技》(第二版)这套丛书,涵盖了目前困扰我们身体的一些常见疑难杂症。除了中医药治疗办法外,我特别加入一些食疗、药膳、传统养生术等非药物疗法的内容。我只是想告诉读者,医药不是万能的,对付疾病不是只靠医生就可以了,还有很多其他方法;并且,也必须要您的参与才能赶走疾病获得健康,因为身体与生命都是您自己的。

<<现代名中医肥胖治疗绝技>>

书籍目录

第一部分 名中医对于肥胖的辨治经验

陈红 分四型辨证施治肥胖病
李莹 分三型辨治肥胖病
李晶 中西医结合辨证认识肥胖病
俞娜珍 单纯性肥胖的中医辨证论治
冯玉娟 分型论治单纯性肥胖
刘瑾 肥胖从痰辨治
孟云凤 中焦脾土论治肥胖
王道友 湿阻气虚论治肥胖闭经
沈关祯 妇人肥胖闭经宜从痰湿辨治
陈香 温补脾肾辨治肥胖并发闭经
潘瑞亮 分型辨治肥胖女性闭经
宋和平 中西医结合治肥胖

第二部分 名中医治疗肥胖的验方效方

梁贤家 国医大师朱良春之加味消核汤治女性肥胖
于真健 验方千金老来瘦汤治老年性肥胖
熊兆荣 验方轻身汤治单纯性肥胖
戴贻超 验方清肝降脂散治肥胖
张宽智 祛痰化瘀软坚汤治肥胖闭经
李培生 验方消瘦减肥丸治肥胖
乐芹 荷泽口服液治儿童肥胖
赵莉娟 化痰减肥汤治肥胖
冯友顺 冯氏家传妙方治肥胖
刘卫卫 减肥降脂灵胶囊治肥胖
刘锁超 自拟减肥丸治肥胖
陶丽华 东汉仲景经方治肥胖
孙升云 小儿肥胖宜利湿活血
李淑霞 古方温胆汤加减治儿童肥胖
周虹 周氏排毒清脂丸治肥胖
刘荣先 刘氏清脂减肥散治高脂血肥胖
陈东成 陈氏瘦身汤妙治肥胖症
邱志济 邱氏小儿减肥散治少年肥胖
丛日波 丛氏清瘦丸治肥胖
孙定隆 启宫丸加减治肥胖
杨若俊 杨氏小儿减肥丸治肥胖
赵晨光 赵氏腰身变细汤治肥胖
赵进军 单味中药及复方治肥胖
段阳泉 藿香正气散治肥胖验案
陈守平 蝮蛇抗栓酶治肥胖

第三部分 名中医外治疗法消肥胖

<<现代名中医肥胖治疗绝技>>

章节摘录

版权页：用泻法由上而下刮拭足三阴经的足内侧处，重点刮拭三阴交、太溪、公孙等穴。

用泻法点状刮拭尺泽、鱼际、足三里、丰隆等穴。

施术初期以刮出的痧消退后，方可进行下一次刮拭，一般2次刮痧间隔2-3天，等施术后期不再出痧时，可每天刮拭1次，1个月为1个疗程。

(3) 饮食疗法李道平认为饮食疗法要在医生和营养师的指导下，科学地、有计划地改变患者不合理的膳食结构，根据患者的肥胖度适当控制其饮食量，做到低热能平衡饮食，在限制热能的基础上，多吃高蛋白、低糖、低脂肪食物，三昔配比要适宜，无机盐、维生素供给充足，以满足机体需要。还要让患者养成良好的饮食习惯，三餐定点吃饭，不要为节食而减少三餐中的任何一餐，晚餐宜少吃，不吃零食、甜食、夜宵，吃饭时要细嚼慢咽，不要暴饮暴食等。

(4) 运动疗法李道平认为运动不仅使机体各系统功能增强，提高人体抗病能力，达到健康长寿的目的，同时运动可以增加热量消耗，而体内脂肪只有通过氧化成二氧化碳才能被消耗，故在低热能饮食条件下，多运动以增加热量消耗，就可以减轻体重了。

但必须在医生的指导下，根据患者自身的爱好和身体状况选择合适的运动，如体操、骑自行车、游泳、举哑铃、步行、慢跑、练太极拳、球类运动、仰卧起坐、鱼跃式运动等。

不论何种运动，都要循序渐进，持之以恒，才能达到减肥的目的。

<<现代名中医肥胖治疗绝技>>

编辑推荐

《现代名中医肥胖治疗绝技(第2版)》：当代名中医学识博深，经验丰富，绝技妙法，成竹在胸，故临症常能力挽沉痾，起死回生，如：杨兆钢芒针治疗肥胖症；刘志诚针刺辨证治疗单纯性肥胖症等……这些绝技妙法，屡试屡效，深受国内外称赞。

吴大真和王凤岐主编的《现代名中医肥胖治疗绝技(第2版)》精选近10年国内权威期刊中所发表的各家名医临床治疗肥胖病的实践经验，展示了最新科研成果，内容丰富，图文并茂，文字流畅，融知识性、科学性、实用性为一体。

<<现代名中医肥胖治疗绝技>>

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>