

<<肠胃病的居家疗法>>

图书基本信息

## <<肠胃病的居家疗法>>

### 内容概要

现代人由于身心压力大、饮食不均衡，常有腹痛、下痢、便秘等肠胃不适的问题，因此身为现代人，如何取舍多样化的食物，如何迈向规律的饮食生活及如何纾解精神压力等预防之道成为人人争相取得的至宝。

本书除了说明肠胃病的相关知识外，并介绍对肠胃病患者日常生活的注意事项、有效治疗肠胃病的穴位与运动、对肠胃病有益的食品等等，是肠胃病患者不可不读的实用健康书。

置身于高度现代化的社会，常因承受各种压力而诱发肠胃病。

本书提供您有关肠胃病的相关知识及饮食保健方法。

## <<肠胃病的居家疗法>>

### 作者简介

平塚秀雄，1927年生于日本的山梨县，日本医科大学毕业，医学博士，平塚胃肠病院院长。  
日本医科大学临时特聘讲师、日本消化器官疾病学会、日本消化器官内视镜学会、日本短期住院体检学会及其他各医疗机构评议员。  
第28届日本消化器官内视镜学会总会会长。  
1972年荣获日本医师

## <<肠胃病的居家疗法>>

### 书籍目录

第一章:肠胃的构造与检查 胃、十二指肠与溃疡 1 胃肠壁会被自己的消化液所溶化 2 胃与十二指肠的合作关系 3 攻击因子与防御因子的平衡 4 年轻人以患十二指肠溃疡居多 中年人则以胃溃疡占多数 5 压力与溃疡的关系 根据腹痛形态做诊断 1 切勿忽视腹部的不适 2 依疼痛部位可分为六个区域 3 胃部感觉疼痛时应先查明疼痛的原因 特别报道 与先进国家并列的溃疡 溃疡可用药物治疗吗?

第二章:肠胃病与日常应注意事项 晨间检查要点 1 恶心是慢性胃炎的征兆 2 上班前的慢性泻肚 3 食欲不振恐有不明病变之虞 午间检查要点 1 技术性压力会侵犯担任和管理职位者 2 宿醉直到午后仍有反胃感 3 不吃午餐立即出现胃痛状态者 夜间检查要点 1 从十年前开始就有心窝疼痛的症状 2 除复发之外还可能产生新的溃疡 3 半夜突然吐血 饮食检查要点 已切除胃的人应特别注意饮食 心理因素造成的肠胃病 1 设法逃离肠胃神经症候群 2 慢性化的心身症会演变成消化性溃疡 3 拒绝乐观的假性忧郁症 4 罹患自律神经失调症会引起胃不舒服 从排便了解肠胃状况 1 每天检查排便状况的好坏 2 大便中浊杂着红色物 3 概略了解大便出的流程 4 大便的颜色变化说明是否健康 5 谨守八条规律饮食生活信条让你顺利排便 特别报道 抽烟有百害而无一益 关于空腹时的疼痛 如何处理急性胃炎?

实行面谈疗法应注意事项 心理因素造成的肠胃病 大肠腺肿 放屁的三个原因第三章:有健康的肠胃才有快乐的生活第四章:有效治疗肠胃病的穴位与运动第五章:可治疗肠胃病的生药、药酒、食品

<<肠胃病的居家疗法>>

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>