第一图书网, tushu007.com

<<失眠的中医防治>>

图书基本信息

书名：<<失眠的中医防治>>

13位ISBN编号：9787508228594

10位ISBN编号：7508228596

出版时间：2004-3

出版时间：金盾出版社

作者：吕文良 编

页数：247

字数：179000

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

<<失眠的中医防治>>

内容概要

本书共分为四章。
第一章失眠的基础知识；第二章失眠的治疗，介绍了中医辩证施治及中成药、针灸、沐浴、按摩、药枕、运动等14种治疗方法；第三章失眠的调养；第四章失眠的预防。
内容科学实用，方法简便易行，是广大家庭的必备用书，也可供医务人员参考。

本书系统而又深入浅出地介绍该病的基础知识、诊断方法、中医综合治疗方法、调养与预防措施，使患者读之可以知病养病，医者读之可以知病治病，达到医患互通的目的。

第一图书网, tushu007.com

<<失眠的中医防治>>

书籍目录

第一章 失眠的基础知识
（一）失眠的定义
（二）失眠的发病率与危害性
（三）失眠的病因
（四）失眠的分类
（五）失眠的症状与诊断
（六）失眠患者的体检
（七）睡眠的的常识
第二章 失眠的治疗
一 失眠的辩证治疗
（一）失眠的辩证原则
（二）失眠的辩证治疗措施
二 失眠的单、验方治疗
（一）单方治疗
（二）验方治疗
三 失眠的中成药治疗
（一）中成药的家庭保管
（二）选择中成药的方法
（三）治疗失眠的常用中成药
四 失眠的饮食疗法
五 失眠的针刺疗法
六 失眠的艾灸及拔罐疗法
七 失眠的药酒疗法
八 失眠的沐浴疗法
九 失眠的按摩疗法
十 失眠的刺血、埋线、皮针及辞痧疗法
十一 失眠的贴敷疗法
十二 失眠的药枕及药茶疗法
十三 失眠的脐疗与放松疗法
十四 失眠的运动疗法
第三章 失眠的调养
一 饮食调养
二 情志调摄
三 生活调理
四 身心调养——太极拳
第四章 失眠的预防
一 一般预防
二 预防失眠保健操
三 防止心理危机
附录一 治疗失眠的常用穴位及操作方法
附录二 治疗失眠的常用中草药

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