第一图书网, tushu007.com

<<胃病中西医治疗与调养>>

图书基本信息

书名：<<胃病中西医治疗与调养>>

13位ISBN编号：9787510106576

10位ISBN编号：7510106575

出版时间：2011-2

出版时间：中国人口

作者：章健

页数：266

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

<<胃病中西医治疗与调养>>

内容概要

胃是一个非常敏感的器官，造成胃病的原因除了饮食习惯外，也包含生活压力、焦虑等，胃病虽然常见，但一般人未必对它有完整的认识，阅读《胃病中西医治疗与调养》，将有助于预防及治疗胃病。

《胃病中西医治疗与调养》(章健编写)结合中西医创新疗法，介绍胃病防治之道，制定有效康复计划。

第一图书网, tushu007.com

作者简介

章健，黄山人。
北京中医药大学中医各家学说硕士。
临床上善于治疗脾胃病症，出版过多部中医临床著作及论文，现服务于北京中医药大学，同时兼任北京科技出版社中医部编审。

书籍目录

第一章 胃病的基础知识
第一节 跟大家谈谈胃
一、胃的外部结构
二、胃的内部结构
三、胃的消化功能
四、中医对胃的认识
第二节 什么是胃病
一、胃炎
二、消化性溃疡
第三节 胃炎是怎样发生的
一、急性胃炎的发生
二、慢性胃炎的发生
第四节 消化性溃疡的发生
一、损害因素的增强
二、黏膜的保护作用被削弱
三、其他因素
四、引起溃疡病复发的因素
第五节 胃病的形形色色表现
一、急性胃炎的临床表现特点
二、慢性胃炎的临床表现特点
三、溃疡病的临床表现特点
四、溃疡病的并发症及其发生原因
五、胃灼热、泛酸出现的原因
第六节 胃病会转变为胃癌吗
一、什么是肠上皮化生
二、萎缩性胃炎是怎样变成胃癌的
三、胃溃疡是怎样癌变的
四、胃切除后还会不会癌变
第二章 胃病的检查与诊断
第三章 常见胃病的西医治疗
第四章 胃病的中医治疗
第五章 胃病的其他疗法
第六章 胃病患者的饮食起居
第七章 胃癌——胃病中的头号杀手
第八章 胃病常见问题解答
附录 穴位图解

章节摘录

版权页：插图：祝总骧教授在此基础上，分析认为：针灸、推拿、气功、拔罐、刮痧、武术、体育运动等，之所以具有医疗保健的效果，无一不是由于激发和锻炼了人体的经络系统而产生的，因此把经络系统称为人体的保健系统。
并且认为，如果能自觉地锻炼自身的经络，人类的健康水准必将产生一个新的飞跃。
根据这一原则，祝教授等人提出了一种人人可行的、不影响工作和生活的经络锻炼法——三一二经络锻炼法。
简而言之，“三”就是按摩合谷、内关、足三里三个穴位；“一”就是一个以腹式呼吸为主的基本的气功锻炼；“二”就是做一些以两条腿为主的、力所能及的、适当的体育锻炼。
毫无疑问，祝教授的三一二经络锻炼法，对于普通人达到强身健体、预防疾病的目的将会大有裨益。
但对于胃病患者而言，在此基础上，如果能对相关的经络进行真正意义上的“锻炼”，效果是否会更好呢？
有了这样的想法后，笔者也在临床上做了一定的尝试，结果取得了令人满意的效果。
其实方法也很简单：选择与胃病关系最为密切的四条经络：足阳明胃经、足太阴脾经、足太阳膀胱经和任脉进行锻炼。
方法是，用推拿的推法或橡胶锤沿着经络循行的路线进行推拿或敲打（简单的也可半握拳进行锤打），并对每条经络上的重点穴位进行按摩。
推法可参照本章第二节“自我按摩法”中的“推法”的要求。
持橡胶锤时，以右手中指、无名指、小指将锤柄末端固定于手掌小鱼际处，锤柄尾端露出手掌1厘米～1.5厘米，以食指和拇指挟持锤柄，拇指按于锤柄之上。
敲打时，右手持锤，用腕力进行弹打，要求锤头垂直于皮肤，每分钟敲打10～20次，要快慢均匀，有节奏感。
推拿或敲打时，力量要适中，每条经络各锻炼10分钟左右，每次可选择2～3条进行重点锻炼。

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