

<<九种体质养生膏方>>

图书基本信息

书名：<<九种体质养生膏方>>

13位ISBN编号：9787513212014

10位ISBN编号：7513212015

出版时间：2012-11

出版时间：中国中医药出版社

作者：尤虎

页数：218

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>

<<九种体质养生膏方>>

内容概要

龙生九子，各有不同。
人有九种体质，您是哪一种？
对照书中的“九种体质分类与判定自测表”一测便知。
如何根据体质选择膏方调理？
尤虎编写的这本《九种体质养生膏方》中为您奉上的109首养生膏方，让您调出好体质，养出好身体！

<<九种体质养生膏方>>

作者简介

尤虎，男，南京中医药大学硕士研究生，南京明基医院中医科医师，国家药膳师资格认证培训师，南京医科大学“中医体质药膳学”、“中医饮食美容学”讲师，南京新闻台“养生正在流行”、“快乐养生坊”、“和谐养生时间”等节目医学顾问，南京新闻台“时不食”听友之家首席医学顾问，南京市中小企业协会医学顾问，国家发改委《管理学家》杂志医学顾问。

<<九种体质养生膏方>>

书籍目录

第一章 体质辨识篇——认清体质好养生什么是体质体质的分类体质的简单测评第二章 膏方基础篇——认识膏方明调理什么是膏方膏方的特点膏方的适用人群膏方的组成膏方的常用药物人参西洋参黄芪灵芝何首乌枸杞子石斛山茱萸鹿茸（附：鹿角胶）蛤蚧冬虫夏草紫河车肉苁蓉沉香天麻浙贝母三七黑芝麻胡桃仁龙眼肉大枣阿胶龟板胶鳖甲胶黄明胶膏方的制作膏方的制备流程膏方的保存膏方制作时的注意事项附：简单膏方自己制膏方的服用服用膏方前的准备膏方服用有讲究服用膏方有忌口服用膏方出现不适的调理第三章 膏方养生篇——按体调膏妙养生平和质更年期综合征——六味地黄膏老年人气血虚弱——八珍膏老年人骨质疏松——龟鹿二筛膏/小儿厌食、消化不良、反复感冒——运脾固卫膏青少年假性近视——养肝明目膏青少年增高——脾肾双补膏美白——宫廷美白膏丰胸——丰胸美乳膏春季养生——疏肝柔润膏夏季养生——清暑益气膏秋季养生——滋阴润燥膏冬季养生——益精固本膏气虚质典型气虚质——补元膏反复感冒——扶正固表膏容易疲劳——益气精神膏体位性低血压——补气升压膏内脏下垂——升阳举陷膏气虚自汗——固表止汗膏心悸——安神定悸膏小儿多汗、易感冒——健脾补肾固表膏体虚易感冒、性功能减退——肺肾双补膏IgA肾病血尿——益气固肾膏胸痛心悸、肢冷多梦——益气宁心膏胃癌术后——扶正抗癌膏老年皮肤瘙痒症——养血止痒膏崩漏——益气固崩膏尿失禁——健脾固肾缩尿膏乳腺癌术后——扶正抗癌膏阳虚质典型阳虚质——助阳膏体寒怕冷——温阳通经膏慢性哮喘——温肺止咳膏性功能低下——培元兴阳膏慢性腹泻——固肾暖脾膏慢性腰痛——温元壮肾膏夜尿频——温肾缩尿膏强直性脊柱炎——温肾强督膏慢性肾盂肾炎——补肾温经膏慢性萎缩性胃炎——温肾健脾膏慢性阻塞性肺气肿——温肾化痰膏阴虚质典型阴虚质——滋阴膏燥热易怒——滋阴除烦膏大便干结——滋阴缓下膏口干多饮——滋阴止渴膏心烦失眠——安神定志膏眼睛干涩——滋阴明目膏手足心热——养阴除热膏月经前鼻出血——养阴止血膏肝肾阴虚型脱发——养血生发膏顽固性失眠——滋阴安神膏肾虚头痛——补肾宁神膏肝肾阴虚型高血压——平肝潜阳膏脑供血不足伴心肌缺血——滋肾平肝膏帕金森综合征——平肝息风膏口眼抽动——养阴平肝膏糖尿病合并脉管炎——滋阴通脉膏干燥综合征——滋阴清燥解毒膏慢性乙型肝炎病毒携带者——滋肾保肝膏经间期出血——滋肾疏肝膏反复肺炎——养阴清热膏支气管扩张——养阴清肺膏痰湿质典型痰湿质——化痰除湿膏胃胀苔腻——平胃化湿膏胸闷痰多——宽胸化痰膏腹部肥满——轻身祛浊膏多发性脂肪瘤——化痰消瘤膏脂溢性脱发——利湿生发膏眼胞浮肿——益气消肿膏高血压合并高血脂——降压消脂膏湿热质典型湿热质——清热利湿膏痤疮反复发作——祛痘化湿膏口苦、口腔异味——清热化湿膏反复尿路感染——清热通淋膏大便黏滞不爽——利湿通便膏阴囊潮湿——清热利湿膏白带色黄量多——除湿止带膏肾病综合征——补肾利湿膏肾结石伴积水——利湿排石膏痛风——益肾泄浊膏气郁质典型气郁质——疏肝解郁膏焦虑抑郁——忘忧解郁膏梅核气——理气利咽膏胃胀、嗝气反酸——疏肝和胃膏胆小、易受惊吓——温胆定志膏喜悲伤欲哭——舒郁安神膏腹痛即泻——疏肝健脾膏重度萎缩性胃炎——理气和胃膏高泌乳素血症——疏肝调冲膏乳腺增生——健脾疏肝益肾膏桥本甲状腺炎——疏肝消痰膏慢性乙型肝炎——疏肝养阴膏血瘀质典型血瘀质——活血化瘀膏高脂血症——祛瘀降脂膏中风后遗症——益气活血膏痛经——温经止痛膏黄褐斑——化瘀祛斑膏身体疼痛——身痛逐瘀膏面色晦暗、健忘——通窍活血膏失眠多梦——活血调神膏冠心病——温阳通脉膏风湿性关节炎——活血通痹膏肝硬化——柔肝化瘀膏高脂血症伴颈动脉粥样硬化——化瘀降脂膏特禀质典型特禀质——截敏膏荨麻疹——散风和营膏过敏性鼻炎——温肺固表膏哮喘——平喘固本膏慢性湿疹——健脾利湿膏过敏性紫癜——凉血和血膏特应性皮炎——调肝利湿膏

<<九种体质养生膏方>>

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>