

<<常见病自疗自养大全>>

图书基本信息

书名：<<常见病自疗自养大全>>

13位ISBN编号：9787530876756

10位ISBN编号：7530876759

出版时间：2013-2

出版时间：天津科学技术出版社

作者：樊海清

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>

## <<常见病自疗自养大全>>

### 内容概要

为了帮助广大读者摆脱疾病，重获健康，樊海清等精心编写了这部《常见病自疗自养大全》，本书涉及面广，涵盖了生活中的大部分常见疾病形成原因、表现症状及各种有效的自疗自养方案，方便读者对疾病进行自我诊断、自我治疗和预后保养，是一本非常全面而实用的居家疗养大全。

生活中的很多常见病，如糖尿病、高血压、乙肝等目前仍不能完全治愈，即使是医生也不能根除疾病，只能通过药物来维持，但是长期摄入药物又会对身体健康产生负面影响。俗话说“三分治七分养”，在很多疾病的治疗过程中疗养都占有重要地位，尤其是一些慢性病和生活方式疾病，如胃病、贫血、肥胖症等，调整生活习惯和饮食习惯等，采用一些有效的中医中药疗法，选择科学的食疗保健方案，比用药甚至手术更有效。

《常见病自疗自养大全》全书设有“肝病”“高血压”“糖尿病”“心脏病”“胃病”“贫血”“肾脏病”“痛风”“肥胖症”“抑郁症”共十篇，介绍了每种疾病的相关知识，并提出了对应病症的居家饮食疗法和简单运动保健法，从饮食习惯的改善，饮食宜忌的注意，营养食谱的搭配，到居家护理常识，用药保健常识等，让读者对各种常见病症有深入的了解，积极治疗保养，维护自己及家人的健康。

<<常见病自疗自养大全>>

书籍目录

第一篇 肝病第一章 肝与肝第一节 了解肝肝脏 1. 肝脏在人体机能里扮演的角色2. 肝脏在人体的位置 3. 肝细胞的结构 4. 肝脏具有很强的再生能力5. 肝脏在人体中所起的作用第二节 肝病的流行状况与检查1. 国内外肝病流行状况2. 肝病诊断的各项检查第二节 肝病常识 1. 什么是“两对半”检查2. 什么是“大三阳” 3. 什么是乙肝表面抗体4. 乙肝患者为什么容易失眠5. 什么是肝硬化6. 什么是急性重症肝炎7. 什么叫做脂肪肝8. 最易得脂肪肝的人群是哪些9. 脂肪肝会有什么症状10. 家族聚集性乙肝与防治11. 什么是蜘蛛痣和肝掌第二章 酒与肝病第三章 护肝饮食第四章 治疗肝病的中草药第六章 肝病患者的日常保健 第二篇 高血压第一章 高血压的基础知识第二章 高血压的食疗法第三章 高血压的民间疗法第四章 高血压患者的运动保健法第三篇 糖尿病第一章 你对糖尿病了解多少第二章 糖尿病的发病症状第三章 糖尿病的饮食疗法第四章 糖尿病的运动疗法第五章 警惕肥胖, 远离糖尿病第六章 糖尿病的自我检测与管理 第四篇 心脏病第一章 心脏病的有关知识第二章 心脏病的红色信号第三章 引发心脏病的因素第四章 安排适宜的日常生活第五章 心脏病的饮食疗法第六章 心脏病的运动疗法第五篇 胃病 第一章 胃的概述第二章 常见肠胃疾病的防治措施第三章 胃病患者的饮食第四章 胃病患者的日常保健第六篇 贫血第一章 贫血的基本知识第二章 贫血的分类第三章 预防贫血必须关注的饮食问题第四章 贫血患者营养治疗方案第七篇 肾脏病第一章 了解肾脏第二章 肾脏病的临床表现和种类第三章 肾脏病患者的食疗与家庭保健法第八篇 痛风第一章 有关痛风的知识第二章 痛风的家庭护理与调养第三章 痛风患者的饮食保健第九篇 肥胖症第一章 肥胖症的基础知识第二章 肥胖症患者的居家细节第三章 肥胖症患者的居家饮食疗法第十篇 抑郁症第一章 抑郁症自我诊断第二章 远离抑郁, 快乐向前

## <<常见病自疗自养大全>>

### 编辑推荐

生活中的很多常见病，如糖尿病、高血压、乙肝等目前仍不能完全治愈，即使是医生也不能根除疾病，只能通过药物来维持，但是长期摄入药物又会对身体健康产生负面影响。

俗话说“三分治七分养”，在很多疾病的治疗过程中疗养都占有重要地位，尤其是一些慢性病和生活方式疾病，如胃病、贫血、肥胖症等，调整生活习惯和饮食习惯等，采用一些有效的中医中药疗法，选择科学的食疗保健方案，比用药甚至手术更有效。

樊海清编著的《常见病自疗自养大全》全书设有“肝病”“高血压”“糖尿病”“心脏病”“胃病”“贫血”“肾脏病”“痛风”“肥胖症”“抑郁症”共十篇，介绍了每种疾病的相关知识，并提出了对应病症的居家饮食疗法和简单运动保健法。

<<常见病自疗自养大全>>

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>