

<<产后病的中医调补>>

图书基本信息

书名：<<产后病的中医调补>>

13位ISBN编号：9787535243249

10位ISBN编号：753524324X

出版时间：2009-9

出版单位：湖北科学技术出版社

作者：万长秀，范德兰 主编

页数：165

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>

## <<产后病的中医调补>>

### 内容概要

如果产妇在新产后及产褥期内发生的与分娩或产褥有关的疾病，则称之为“产后病”。常见的产后病有：产后血晕、产后痉病、产后发热、产后小便不通、产后小便淋痛、产后腹痛、产后身痛、产后恶露不绝、产后汗症、缺乳、产后乳汁自出、产后抑郁、产后血劳等。因此产褥期应特别注意起居调养。本书帮助读者认识认识产后不适、产后精神调补、常见产后病的中医调治、产后的手法调治、产后的起居调养、产后运动等内容。

## <<产后病的中医调补>>

### 书籍目录

- 一、认识产后不适
- 1.什么是产褥期？
- 2.产褥期子宫有何变化？
- 3.产褥期阴道有何变化？
- 4.产褥期外阴有何变化？
- 5.产褥期产妇的乳房有何变化？
- 6.产褥期产妇的血液循环系统有何变化？
- 7.产褥期产妇的消化系统有何变化？
- 8.产褥期产妇的泌尿系统有何变化？
- 9.产褥期妇女的内分泌系统有何变化？
- 10.产褥期妇女的腹壁有何变化？
- 11.产褥期妇女的生命体征有何变化？
- 12.什么是产后血晕？
- 13.什么是产后瘧病？
- 14.什么是产后发热？
- 15.什么是产后腹痛？
- 16.什么是产后小便不通？
- 17.什么是产后小便淋漓？
- 18.什么是产后身痛？
- 19.什么是产后恶露不绝？
- 20.什么是产后汗证？
- 21.什么是缺乳？
- 22.什么是产后乳汁自出？
- 23.什么是产后抑郁？
- 24.什么是产后血劳？
- 二、产后精神调补
- 1.产后可出现哪些精神心理健康问题？
- 2.为什么说产妇情绪问题不可忽视？
- 3.产妇为什么会多忧郁情绪？
- 4.什么是产后抑郁症？
- 5.什么是产后精神病？
- 6.引起产后抑郁症的病因有哪些？
- 7.男性也会患产后抑郁吗？
- 8.疲倦是产后忧郁的主要因素吗？
- 9.如预防产后抑郁？
- 10.产后精神障碍如何治疗？
- 11.如何自我调节，做快乐妈妈？
- 12.家人如何配合治疗“产后抑郁症”？
- 13.放松训练可以缓解产后抑郁吗？
- 三、产后饮食调补
- 1.产后为什么要强调饮食调补？
- 2.产后饮食调补的原则有哪些？
- 3.产后饮食调补的方法有哪些？
- 4.产后饮食调补有哪些禁忌或应予节制的食物有哪些？
- 5.产后头3天应该如何安排饮食？
- 6.剖宫产后如何安排饮食？
- 7.产后饮食调补为何要供给高蛋白、高热量饮食？
- 8.产后饮食调补为何要多喝汤水？

## <<产后病的中医调补>>

9.产后饮食调补一定要吃老母鸡炖汤吗？

10.产后应如何“吃盐”？

11.产后应该如何“吃”鱼？

.....四、常见产后病的中医调治五、产后的手法调治六、产后的起居调养七、产后运动

## <<产后病的中医调补>>

### 章节摘录

#### 一、认识产后不适 1.什么是产褥期？

妊娠期间，孕妇的全身各系统发生了一系列的变化，尤其是生殖系统变化显著。

待胎儿、胎盘娩出后，产妇全身各器官除乳腺外恢复或接近正常状态所需的一段时间，称产褥期，亦称“产后”。

一般为6~8周。

人们所说的新产多指分娩后7日内。

人们所俗称的“坐月子”是指产后的28天内。

古人有“弥月为期”，“百日为度”之说，俗称“小满月”与“大满月”，即产后1个月（弥月）为小满月，产后3个月（百日）为大满月。

古人认为产后元气、津血俱伤，腠理疏松，所谓“产后百节空虚”，生活稍有不慎或调摄失当，均可致气血不调、营卫失和、脏腑功能失常、冲任损伤而致产后诸疾。

如果产妇在新产后及产褥期内发生的与分娩或产褥有关的疾病，则称之为“产后病”。

常见的产后病有：产后血晕、产后痉病、产后发热、产后小便不通、产后小便淋痛、产后腹痛、产后身痛、产后恶露不绝、产后汗症、缺乳、产后乳汁自出、产后抑郁、产后血劳等。

因此产褥期应特别注意起居调养。

<<产后病的中医调补>>

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>