

<<家庭保健智库>>

图书基本信息

书名：<<家庭保健智库>>

13位ISBN编号：9787538163230

10位ISBN编号：7538163239

出版时间：2010-3

出版时间：辽宁科学技术出版社

作者：王贤君

页数：441

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>

内容概要

作者长期从事中医保健相关工作，积累了大量的资料。

本书共编撰了治疗百余种疾病的3700多个药方，其中内服方2900多个；外治方800多个，针灸方360多组。

在药物的选材方面，着重采用一些日常生活中易于接触到的，并无需花钱、或少花钱的食材和药材。

在药物的选择上，尽量选用味数少的。

仅一味成方的就达到800多例。

如大葱、大蒜、芹菜、苦瓜、生姜、菊花、蟋蟀、蝼蛄、核桃、杏仁、山枣、大枣、小豆、绿豆、花生叶、玉米须、芝麻秸、向日葵秸瓢、桑树叶、椿根皮、鲤鱼、海蜇等，都是独立担当着治疗一些疑难杂症的绝妙药方。

针灸方面，主要介绍了百余种疾病的取穴处方。

附录中介绍了针灸穴位定位和针灸穴位图。

<<家庭保健智库>>

书籍目录

- 第一章 上呼吸道感染 内服方 一、预防流感 二、预防感冒 三、感冒、流感 四、流感 五、感冒 外治方 一、预防流感 二、预防感冒 三、感冒 针灸方
- 第二章 头痛 内服方 一、头痛 二、偏头痛 三、偏正头痛 四、头痛、头晕 五、神经性头痛 外治方 一、头痛 二、偏头痛 三、偏正头痛 四、热证头痛 五、风火头痛 六、阳虚肝旺头痛 针灸方 一、前头痛 二、头顶痛 三、后头痛 四、偏头痛 五、全头痛
- 第三章 眩晕 内服方 一、眩晕 二、梅尼埃病 三、肝肾虚眩晕 四、血虚眩晕 五、阳虚眩晕 六、女性头晕耳鸣 外治方 针灸方
- 第四章 神经衰弱 内服方 一、失眠 二、神经衰弱 针灸方
- 第五章 遗精、阳痿 内服方 一、遗精 二、滑精 三、阳痿 外治方 针灸方
- 第六章 各种支气管炎 内服方 一、支气管炎 二、急性支气管炎 三、慢性支气管炎 四、老年慢性支气管炎 外治方 一、支气管炎 二、慢性支气管炎 针灸方
- 第七章 哮喘 内服方 一、支气管哮喘 二、虚喘 三、实喘 四、老年哮喘 五、小儿哮喘 外治方 针灸方
- 第八章 腹泻 内服方 一、湿热泻 二、寒泻 三、热泻 四、水泻 五、五更泻 六、久泻 七、伤食泻 八、肠炎 九、急性肠炎 十、老年虚泻 外治方 一、腹泻 二、水泻 三、寒泻 针灸方
- 第九章 痢疾 内服方 一、预防痢疾 二、痢疾 三、细菌痢疾 四、慢性痢疾 五、赤痢 六、白痢 七、久痢 八、阿米巴痢疾 外治方 针灸方
- 第十章 便血 内服方 一、便血 二、大便下血 三、肠风下血 针灸方
- 第十一章 便秘 内服方 一、便秘 二、大小便不利 三、肠梗阻 外治方 一、便秘 二、二便不利 三、肠梗阻 针灸方
- 第十二章 胃病 内服方 一、胃痛 二、胃溃疡 三、胃、十二指肠溃疡 四、胃酸过多 五、神经性胃痛 六、寒性胃痛 七、热性胃痛 八、气滞性胃痛 九、血瘀性胃痛 十、慢性胃炎 十一、萎缩性胃炎 外治法 针灸方 一、消化不良 二、胃痛(胃痉挛) 三、胃下垂 四、胃溃疡
- 第十三章 呕吐 内服方 一、呕吐 二、恶心、呕吐 三、胃寒呕吐 四、胃热呕吐 外治方 针灸方 一、呕吐 二、干呕 三、呕吐、喘逆 四、吐血
- 第十四章 呃逆 内服方 一、呃逆 二、噎膈 三、呃逆反胃 四、呃逆不止 五、顽固性呃逆 六、老年人呃逆 外治方 针灸方
- 第十五章 癃闭 内服方 一、尿闭 二、老人尿闭 三、妊娠尿闭 四、产后尿闭 五、小儿尿闭 六、二便不通 外治方 一、尿闭 二、小便不通 三、二便不通 针灸方
- 第十六章 尿频 内服方 一、尿频 二、遗尿 三、小儿遗尿(尿床) 四、夜间多尿 五、尿崩 外治方 针灸方 一、尿频 二、遗尿 三、夜尿 四、尿崩
- 第十七章 盗汗、自汗 内服方 一、盗汗 二、自汗 三、盗汗、自汗 四、产后虚汗 五、阴部自汗不止 外治方 一、盗汗 二、自汗 三、盗汗、自汗 针灸方 一、多汗症 二、腋汗症 三、手多汗症 四、盗汗症
- 第十八章 肾脏病 内服方 一、肾盂肾炎 二、急性肾炎 三、慢性肾炎 四、急慢性肾炎 五、肾盂肾炎 六、急性肾盂肾炎 七、急慢性肾盂肾炎 外治方 一、肾炎 二、急性肾炎 针灸方
- 第十九章 腹水、浮肿 内服方 一、腹水、浮肿 二、水肿 三、水肿、小便不利 四、水臌 五、气臌 六、虚肿 七、营养不良性水肿 外治方 一、肝硬化腹水 二、水肿 三、水臌 四、气臌 五、小儿水肿 针灸方
- 第二十章 各类肝病 内服方 一、黄疸 二、黄疸(阳黄) 三、黄疸(阴黄) 四、无黄疸(急性传染病) 五、肝硬化 六、肝硬化腹水 七、慢性肝炎 外治方 一、黄疸 二、肝硬化腹水 针灸方 一、肝脏病 二、黄疸 三、肝硬化 四、肝脾肿大
- 第二十一章 各种结石 内服方 一、泌尿系结石 二、胆结石 三、胆管炎、胆结石 四、膀胱结石 五、尿路结石 六、肾皮输尿管结石 七、肝、胆结石 八、肾结石 九、胃结石 针灸方 一、胆结石 二、胆管炎
- 第二十二章 肺结核病 内服方 针灸方 一、肺结核 二、癆病 三、肾炎 四、肺气肿
- 第二十三章 扁桃体炎 内服方 外治方 针灸方
- 第二十四章 咽喉炎 内服方 外治方 针灸方
- 第二十五章 声音嘶哑 内服方 针灸方
- 第二十六章 前列腺炎 内服方 针灸方
- 第二十七章 甲状腺肿大 内服方 针灸方
- 第二十八章 淋巴结核 内服方 外治方 针灸方
- 第二十九章 脉管炎 内服方 外治方
- 第三十章

<<家庭保健智库>>

高血压、低血压 内服方 一、高血压 二、低血压 外治方 针灸方 一、高血压 二、低血压
 第三十一章 糖尿病 内服方 针灸方 第三十二章 口眼歪斜 内服方 一、口眼歪斜
 二、中风口眼歪斜 外治方 针灸方 一、口眼歪斜 二、面瘫 三、口角歪斜 第三十三章
 痹证 内服方 一、风湿性关节炎 二、类风湿性关节炎 三、肢体麻木 四、坐骨神经
 痛 外治方 一、风湿性关节炎 二、四肢关节痛 三、鹤膝风 四、厉节风 五、四肢
 麻木 针灸方 一、肩关节痛 二、肘关节痛 三、腕关节痛 四、关节痛 五、膝关节
 痛 六、踝关节痛 七、腰痛 八、脊柱痛 九、颈痛 十、腓肠肌痉挛 十一、髌关
 节痛 十二、全身关节痛 十三、腰椎间盘突出 十四、落枕 十五、脚跟痛 第三十四章 腰、腿、
 四肢痛 内服方 外治方 针灸方 第三十五章 肠梗阻 内服方 一、肠梗阻 二、肠套迭
 外治方 针灸方 第三十六章 阑尾炎 内服方 外治方 针灸方 第三十七章 脱肛 内服方 外治
 方 针灸方 第三十八章 痔疮 内服方 一、痔疮 二、痔疮出血 三、痔瘻 外治方
 一、痔疮 二、痔瘻 针灸方 第三十九章 外伤出血 外治方 第四十章 牙痛 内服方 外治方
 针灸方 第四十一章 鼻衄 内服方 外治方 针灸方 第四十二章 口腔溃疡 内服方 外治方 针灸
 方 第四十三章 牙龈出血 内服方 外治方 针灸方 第四十四章 耳病 内服方 一、耳聋
 二、中耳炎 外治方 一、耳聋 二、中耳炎 针灸方 一、耳聋耳鸣 二、耳鸣 三、
 中耳炎 第四十五章 月经不调 内服方 一、月经不调 二、月经先期 三、月经后期 四
 、月经过期 五、月经量少 六、倒经 针灸方 第四十六章 血崩 内服方 针灸方 第四十七
 章 崩漏 内服方 针灸方 第四十八章 痛经 内服方 外治方 针灸方 第四十九章 经闭 内
 服方 一、经闭 二、干血癆经闭 外治方 针灸方 第五十章 带下 内服方 一、白带
 二、赤带 三、赤白带 外治方 针灸方 第五十一章 恶阻 内服方 针灸方 第五十二章 皮
 肤瘙痒 内服方 外治方 针灸方 第五十三章 神经性皮炎 外治方 针灸方 第五十四章 荨麻疹
 内服方 外治方 针灸方 第五十五章 白癜风 内服方 外治方 针灸方 第五十六章 带状疱疹
 内服方 外治方 针灸方 附录 针灸穴位 针灸穴位图

章节摘录

15. 黄芪50~100克。

用法：水煎服。

适应证：浮肿虽消，蛋白尿持续不消。

16. 大麦秆(烧炭)50克，乌梅3个。

用法：水煎，澄清温服，早饭前、睡前服。

适应证：浮肿全消，血尿为主者。

17. 马蹄金全草10克，过路黄全草、细柱五加皮根全草各25克，荔枝草全草150克。

用法：水煎服。

18. 一枝黄花、金樱子根、天名精、白茅根、石韦各50克。

用法：水煎服。

19. 薜荔根200克，红米150克。

用法：薜荔根煎1小时，去渣，加红米煮饭，淡食，或加红糖，连服7天。

禁忌：忌食葱、蒜、盐。

20. 艾叶、葫芦壳、泥鳅干、冬瓜皮、向日葵蒲各50克。

用法：水煎服。

21. 熟地40克。

女贞子、干山药、白茅根各20克，泽泻、茯苓(去皮)、丹皮、萆薢、石韦、瞿麦各15克，车前子10克。

。

用法：水煎服，每日1剂，早晚服。

加减：尿蛋白多，加党参、黄芪；红细胞多，加桑寄生、连翘、当归；白细胞多，加黄柏、蒲公英、滑石。

22. 金钱草、车前子、丝茅草根、白花蛇舌草各200克(干者100克)。

用法：加水2000毫升，煎至500毫升。

成人每服100毫升，日服3次，小儿减半，连续服用1个月为宜。

23. 芋头1000克，红糖250克。

用法：将芋头洗净切片，放在锅内煨灰，研末后，与糖拌匀。

每服50克，日服3次。

编辑推荐

《家庭保健智库:民间偏方荟萃(1)》总计编撰了56个病种。分别为内服方选编了2900多个药方；外治方选编了800多个药方；针灸方共配伍了360多组。有病去医院，求医来诊断；大病心不惊；小病自家看——家庭保健智库——省钱、方便！

一病三治 用方范例尿闭：内服方蟋蟀7只，焙干研末，温热黄酒送服。
外治方葱白连须1000克，捣烂，用锅炒热(不可炒熟)，再用纱布包成两包，趁热轮换熨敷脐部。
针灸方中极透曲骨、关元、三阴交、气海、水道、身交、关元俞(任选3~4穴交替使用)。
本病共有内服方47例；外治方38例；针灸方3组。

痛经：内服方花椒15克，生姜40克，大枣7枚，水煎服。
外治方食盐250克，用铁锅炒热，纱布或毛巾包敷肚脐。
凉了再炒再敷。
针灸方十七椎穴、关元、中极、太溪、三阴交、三才、子宫、关元俞、气海俞、血海、水泉、水道(任选3~4穴交替使用)。
注意：经前针2~3天；经后针3~6天。
本病共有内服方78例；外治方3例；针灸方5组。

鼻衄内服方鲜荷叶捣烂绞汁饮，或鲜荷蒂7个捣烂绞汁饮。
外治方大蒜1头，去皮捣烂，敷脚心(涌泉穴)。
左鼻出血，敷右脚；右鼻出血，敷左脚。
针灸方上星、大椎、迎香、天府、合谷、中魁、灸血病、鼻出血(任选2~3穴交替使用)。
用指甲掐中魁穴或中指甲根(左鼻出血，掐右指；右鼻出血，掐左指)顷刻即止。
本病共有内服方52例；外治方19例；针灸方6组。
上述范例仅是其中之内服、外治、针灸方中的1例。

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>