

<<看对舌象百病消>>

图书基本信息

书名：<<看对舌象百病消>>

13位ISBN编号：9787538437980

10位ISBN编号：7538437983

出版时间：2008-6

出版时间：吉林科学技术出版社

作者：时毓民，俞建 主编

页数：186

字数：200000

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>

## <<看对舌象百病消>>

### 内容概要

本书从舌诊入手，观察小儿的舌色、舌体、舌苔来判断小儿健康状况，从而指导家长正确进行饮食调配和选择食疗。

书中阐明了小儿常见的舌苔、舌质、舌体的产生原因、食物选择、家庭护理、食疗方法以及其他注意事项。

此外，归纳了婴幼儿辅食添加方法，小儿正常生长发育对照表，常见小儿食疗食品，小儿预防接种小常识等以供家长参考。

目前在市场上虽然食谱图书比较多，但是从小儿舌诊入手介绍针对小儿疾病的食疗、药膳为本书首创，其方法实用、简便、有效，此外，还添加了小儿舌诊及主副食品的图谱，方便家长参阅。

家长通过本书可以自行选择和操作食疗和药膳。

针对不同小儿疾病舌象，指导家长给予适宜饮食。

吃对了，身体都会笑，百病自然消，宝宝身体好，全家乐陶陶。

国内第一本从舌象出发指导小儿饮食调理的著作。

当代舌诊名医给天下父母的小儿调理书。

道家有云：“凡食之道，大充，行伤而不减；大摄，骨枯而血厄；充摄之间，此谓合成。

”12种小儿疾病及症状舌象，精辟解读和全面应对方案。

<<看对舌象百病消>>

作者简介

时毓民，复旦大学儿科医院特诊教授，国家级名老中医，博士生导师，享受国务院特殊津贴。  
现担任中国中西医结合学会儿科分会顾问、儿科专业委员会主任委员、《中国中西医结合》杂志编委、世界传统卫生组织儿科专业委员会主任专家委员等职。  
1997年被美国柯尔比科学与文化信息中

<<看对舌象百病消>>

书籍目录

看舌的意义看舌的方法和注意事项看舌的内容看舌辨病舌苔薄白 大米肉菜粥 蛋米粉 大米粥 白薯泥 虾米涨蛋 南瓜小米粥 两米芸豆粥 锅煨豆腐 虾肉小笼包 苹果泥 两色蛋片 儿汤 牛奶蛋 胡萝卜泥 荠菜肉馄饨 果泥拌面包碎 苹果汁 胡萝卜水 营养蛋饼 蛋黄蒸豆腐 沙锅豆腐 海胆蛋黄汤 火腿煎蛋 烩豆腐丁 鸡汤芸豆丝 熏干豆腐卷 香椿炒鸡蛋 糖醋熘豆腐丸子 蘑菇炖豆腐 老汤卤豆腐丝 家常豆腐 南煎豆腐 葱烧豆腐 木耳炒豆腐 炸炒豆腐 鸡蛋炒豆腐 开洋豆腐 铁板豆腐 椒盐豆腐 四色豆腐舌苔薄黄舌质淡舌苔腻舌苔黑地图舌舌质红青紫舌杨梅舌胖大舌弄舌强舌的意义

## &lt;&lt;看对舌象百病消&gt;&gt;

## 章节摘录

插图:看舌的内容舌诊的内容主要包括观察舌质和舌苔两个方面。

舌质又称舌体,包括全舌的肌肉和脉络组织。

舌苔,则是附着在舌体上的一层苔状物。

望舌象包括观察舌质和舌苔的变化。

(一)正常舌由哪些部分组成?

正常舌是口腔中的一个重要器官。

在口腔里附着于口腔底、下颌骨和舌骨,由肌肉、血管、神经、腺体、黏膜等组成。

各种腺体可分泌或稀或稠的液体,包括各种黏液和消化酶,帮助初步消化淀粉类食物,湿润口腔和舌体。

中医把舌体上面即舌背称为舌面,望舌主要就是望舌质的颜色和形态及附着于舌面的舌苔。

正常舌除了肌肉组成外,表面覆盖着黏膜,黏膜表面如果仔细看,会发现有许多粗糙白勺小突起。

称作舌乳头。

按形态舌乳头又分为丝状、蕈状、轮廓状和叶状乳头四种。

丝状乳头最多、分布最广,在舌尖、舌中、舌边,呈微白色,是构成正常薄白舌苔的主要组成部分,丝状乳头有感觉神经分布,可有一般感觉,但无味觉,在青年期最多到老年期渐少,舌面渐表现光滑。

蕈状乳头状如小蘑菇,又称菌状乳头,分散在丝状乳头之间,呈红色,主要舌尖、舌边。

蕈状乳头内因有“味蕾”,所以除有一般感觉外,还可感受味觉。

婴儿的蕈状乳头较成人多,故味觉更敏感。

轮廓乳头数量最少,仅8-12个,主要分布在舌根部位的人字沟,每个轮廓乳头有250个左右的味蕾,附近还有不少味蕾,分泌物可帮助溶解食物,刺激味觉产生。

还有一种不发达的舌乳头,叫叶状乳头,只有3-6个,位于舌根两侧边缘,象长条形的树叶状,新生儿时明显,到成人期逐渐退化成脂肪组织等。

若有发炎时,此种舌乳头会充血肿大。

正常的舌象包括舌苔和舌质。

正常人的舌苔为淡红舌、薄白苔。

舌黏膜下的血管丰富,使舌体显现红色,舌体表面覆盖着一层白色半透明的角化层,使舌体颜色变浅,形成淡红舌。

舌苔则是由脱落上皮、食物残渣、黏液及微生物组成,附着于舌体表面。

现代研究表明:薄白苔则由丝状乳头分化的树枝状角化物及一些脱落的细胞、唾液、细菌、食物碎屑、渗出的白细胞等共同组成。

实际上体现了人体正常状态下口腔内新陈代谢及酸碱度的平衡。

<<看对舌象百病消>>

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>