

<<我最想要的老偏方>>

图书基本信息

书名：<<我最想要的老偏方>>

13位ISBN编号：9787538868623

10位ISBN编号：7538868623

出版时间：2012-3

出版时间：黑龙江科学技术出版社

作者：谢玉玲 编

页数：244

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>

<<我最想要的老偏方>>

内容概要

中医药是中国的国粹，民间古老的偏方更是中华医药宝库中的一朵奇葩。这些民间偏方简单易行，疗效显著，方便实用，花小钱治大病，甚至不花分文也能治好疑难杂症，以至于那些西医和医界名家们也拍案称奇，如非亲眼所见，好像天方夜谭。这些使人不得不承认中医之伟大，中国偏方之神奇妙用。

本书精心挑选了中国运用最广泛的、实用性最强的、老百姓最想要的老偏方，这些小偏方，其实是经过千百万群众验证的最安全、最简单、最省钱、最有效的治疗药方。每例偏方都针对不同的、真实的病症案例，详细地介绍了其配方、制作、使用方法及疗效，对某些需要注意的禁忌等问题作了特别的说明，以帮助读者对相关问题有充分的了解。

本书汇集中华医学民间智慧精粹，是您健康生活的必备之书，使您一书在手，百病不愁!

<<我最想要的老偏方>>

书籍目录

内科老偏方，小病、内忧一扫光

头痛
感冒
咳嗽
哮喘
打嗝
呕吐
便秘
消化不良
低血压
慢性支气管炎
慢性胃炎
慢性腹泻
缺铁性贫血
神经衰弱
神经性皮炎
脂肪肝
冠心病
高血压
高脂血症
糖尿病
慢性胆囊炎

外科老偏方，赶走外患和伤痛

扁桃体炎
肩周炎
烫伤
急性腰扭伤
跌打损伤
腰肌劳损
腰间盘突出
骨折
阑尾炎
股骨头坏死
脚跟痛

五官科老偏方，让你倍儿有面子

急性结膜炎
麦粒肿
青光眼
沙眼
眼干燥综合征
夜盲症
化脓性中耳炎
过敏性鼻炎
鼻出血
酒糟鼻

<<我最想要的老偏方>>

口臭

口腔溃疡

牙周炎

牙痛

慢性咽炎

声音嘶哑、失音

皮肤科老偏方，让外在美不胜收

斑秃

少白头

痱子

痤疮

冻疮

手足皲裂

腋臭

湿疹

鸡眼

脚气、脚臭

皮肤瘙痒症

白癜风

男科老偏方，解除男人的难言之隐

阳痿

早泄

慢性前列腺炎

遗精

不射精症

精液不液化症

阴茎异常勃起

睾丸炎

妇科老偏方，让女人之花娇艳绽放

时尚生活老偏方，靓丽塑身两相宜

日常保健老偏方，摆脱身体亚健康

<<我最想要的老偏方>>

章节摘录

痛经会给患者带来痛苦和不便。

做到以下这些，可以防止或减少痛经的发生： 1.自月经初潮起，就应学习和了解一些卫生常识，对这一生理现象有正确的认识，消除恐惧及紧张心理，可预防原发性痛经产生或减轻疼痛程度。

2.补充矿物质。

钙、钾及镁等矿物质能帮助缓解痛经。

3.服用维生素。

建议服用复合维生素及矿物质，最好是含钙并且剂量低的，一天可服用数次。

4.禁酒。

在月经期间容易出现水肿的患者，喝酒会加重痛经。

5.经期要注意饮食调理，多吃蔬菜、水果、鸡肉、鱼肉，并尽量多餐。

经前和经期忌食生冷寒凉之品，以免寒凝血淤而加重痛经；少食含咖啡因的食物，如咖啡、茶、巧克力等。

6.注意经期及性生活卫生，防止经、产期间上行感染，积极预防和治疗可能引起经血滞留的各种疾病。

7.经期应注意保暖，忌寒、凉、生、冷刺激，防止寒邪侵袭。

保持身体温暖将加速血液循环，并松弛肌肉，尤其是痉挛及充血的骨盆部位。

8.注意休息，减少疲劳，增强体质。

9.保持心情愉快。

尽量控制剧烈的情绪波动，避免强烈的精神刺激。

.....

<<我最想要的老偏方>>

编辑推荐

书里选的方子都是流传下来实用性最强的方子。一方面证明了中医本身在中国民间的影响力与强大，一方面也证明了这些偏方的确有着不可思议的效果，毕竟什么都是靠实效来说话的。但是基于对广大读者负责任的态度，尤其需要提请注意的是，所录偏方未必适用于所有人士，也就是说。有些偏方或许在某些人身上可以药到病除，在另外一部分人身上或许并无疗效以致适得其反。总之。要尊重个体生理和病理的差异性。患者在使用过程中，应根据自身条件斟酌使用。对于较重的病症，编者建议患者接受专业医师的诊治，以免延误病情。经过千百万群众验证的最安全、最简单、最省钱、最有效的经典老偏方。民间小偏方，蕴藏人智慧。民间千年精华，医药百病妙方，专家精心甄选，百姓智慧家藏。

<<我最想要的老偏方>>

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>