

<<胃病>>

图书基本信息

书名：<<胃病>>

13位ISBN编号：9787539016344

10位ISBN编号：7539016345

出版时间：2000-01

出版时间：江西科学技术出版社

作者：叶鸣

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>

## <<胃病>>

### 书籍目录

#### 目录

#### 胃病患者须知

##### 一、胃的知识点滴

(一) 胃的位置与形态

(二) 胃的组织结构

1 粘膜层

2 粘膜下层

3 肌层

4 浆膜层

(三) 胃的血液供应

(四) 胃的神经支配

(五) 胃腺的构成

(六) 胃液的构成

(七) 胃的主要生理功能

1 容纳食物

2 消化食物

3 其他作用

(八) 胃粘膜的保护功能

##### 二、胃病种种

(一) 胃炎的分类

1 急性胃炎

2 慢性胃炎

(二) 消化性溃疡

1 复合性溃疡

2 多发性溃疡

3 巨大溃疡

4 应激性溃疡

5 吻合口溃疡

6 胰源性溃疡

(三) 胃下垂

(四) 胃粘膜脱垂

(五) 胃石

(六) 胃内异物

(七) 胃性呛咳

(八) 胃肠神经官能症

(九) 胃性哮喘

(十) 小胃综合征

(十一) 小儿胃食管返流

(十二) 胃息肉

(十三) 胃癌

##### 三、胃病缘何在

(一) 急性胃炎的诱发因素

1 急性单纯性胃炎的诱发因素

2 急性腐蚀性胃炎的诱发因素

3 急性化脓性胃炎的诱发因素

## <<胃病>>

### 4急性糜烂性胃炎的诱发因素

#### (二)慢性胃炎的诱发因素

1饮酒

2吸烟

3幽门螺旋杆菌(HP)

4药物

5饮食

6鼻腔、口腔、咽部慢性炎症

7阻塞性充血

8胃酸缺乏

9内分泌功能障碍

10中枢神经功能紊乱

11胆汁返流

#### (三)胃溃疡的诱发因素

1胃酸和胃蛋白酶的分泌

2壁细胞群

3粘膜的血液供应

4情绪性刺激

5粘膜抵抗力

6地理、环境因素

7饮食因素

8吸烟

9遗传因素

10内分泌因素

11致溃疡药物

12自主神经功能紊乱

13其它疾病

#### (四)胃下垂的诱发因素

1先天性因素

2后天性因素

### 四、胃病的症状

#### (一)急性胃炎临床表现

1急性单纯性胃炎

2急性腐蚀性胃炎

3急性化脓性胃炎

4急性糜烂性胃炎

#### (二)慢性胃炎临床表现

#### (三)胃溃疡临床表现

1呕血与黑便

2上腹疼痛及不适感

3消化道症状

4血象变化

5发热

6周围循环衰竭

7氮质血症

#### (四)胃下垂的临床表现

### 五、胃病的检查与诊断

## <<胃病>>

(一) 急性胃炎的检查与诊断

(二) 慢性胃炎的检查与诊断

1胃镜检查

2X线钡餐检查

3胃液检查

4诊断及鉴别诊断

5慢性浅表性胃炎的诊断

6慢性萎缩性胃炎的诊断

(三) 胃溃疡的检查与诊断

1X线钡餐检查

2胃镜检查

3胃液检查

4粪便潜血试验

5胃粘膜活检

6诊断及鉴别诊断

(四) 胃下垂的检查与诊断

1X线钡餐摄片检查

2B超

六、预防胃病

(一) 急性胃炎的预防

(二) 慢性胃炎的预防

(三) 胃溃疡的预防

(四) 胃下垂的预防

回归大自然

一、起居疗法

(一) 注意饮食

(二) 远离烟酒 不饮浓茶

(三) 避免精神紧张

(四) 生活要有规律

(五) 要注意睡眠

(六) 消除细菌感染

(七) 做一点运动

(八) 注意休闲娱乐

(九) 旅游

(十) 气候

(十一) 避免服用对胃粘膜有害的药物

二、沐浴疗法

(一) 矿泉浴

(二) 胃下垂可洗冷水浴

(三) 砂浴

(四) 药浴

三、按摩疗法

(一) 急性胃炎的按摩疗法

1急性胃炎剧烈疼痛时的自我按摩

2急性单纯性胃炎的按摩疗法

(二) 慢性胃炎的按摩疗法

1自我按摩

## <<胃病>>

2胃寒痛者的自我按摩

3腹胀明显时的自我按摩

4拿内外关法

(三) 胃溃疡的按摩疗法

1自我按摩

2四步按摩法

3揉腹却病法

4捏脊法

5足部按摩

(四) 胃下垂的按摩疗法

1自我按摩

2腹部按摩

3背部按摩

四、运动疗法

(一) 胃肠保健操

(二) 慢性胃炎病人的运动疗法

1散步

2一分钟治疗慢性胃炎法

3保健操

4太极拳

(三) 胃溃疡病人的运动疗法

1简化太极拳

2散步

3慢跑

4医疗体操

5其他

(四) 胃下垂病人的运动疗法

1仰卧起坐

2腹肌锻炼

3胃下垂保健操

4胃下垂床上操

(五) 特别提醒

心理疗法

一、影响胃肠健康的心理因素

(一) 心理负荷或压力

(二) 对“衰老”的心理差异反应

(三) 对社会关系的“七情”反应

二、胃炎病人的心理疗法

三、胃溃疡病人的心理疗法

(一) 节恼怒, 忌忧愁

(二) 怡情怀

(三) 不要过分苛求

(四) 避开烦恼

(五) 不妨一哭

四、胃下垂病人的心理疗法

气功疗法

一、气功治胃病的机理

## <<胃病>>

### 二、慢性胃炎的气功疗法

- (一) 内养功
- (二) 腹部功
- (三) 理脾导引功
- (四) 升降调息功
- (五) 三息运气功

### 三、胃溃疡的气功疗法

- (一) 铜钟功
- (二) 健脾养胃功
- (三) 拗动六环功
- (四) 放松入静功
- (五) 和胃健脾功

### 四、胃下垂的气功疗法

- (一) 健身桩功
- (二) 仰卧式腹式呼吸功
- (三) 强胃功
- (四) 拍击脏腑功

### 五、胃病患者练功的注意事项

#### 饮食疗法

#### 一、胃病患者的饮食要义

- (一) 急性胃炎患者的饮食
- (二) 慢性胃炎患者的饮食

#### 1慢性胃炎患者的饮食原则

#### 2慢性胃炎患者的饮食调养

#### 3慢性胃炎患者的饮食禁忌

#### 4注意区别食物的属性

- (三) 胃溃疡病人的饮食

#### 1饮食与胃溃疡的关系

#### 2胃溃疡病人的饮食调养

- (四) 胃下垂病人的饮食

- (五) 胃病患者的四种基本饮食

#### 1普通饮食

#### 2软食

#### 3半流食

#### 4流食

- (六) 胃病患者的忌

### 二、适用于胃病患者的天然食物和天然药物

- (一) 适用于胃病患者的天然食物

#### 1粳米

#### 2粟米

#### 3糯米

#### 4小麦

#### 5豇豆

#### 6豌豆

#### 7扁豆

#### 8苹果

<<胃病>>

- 9杨梅
- 10香蕉
- 11橘子
- 12柑
- 13枇杷
- 14葡萄
- 15菠萝
- 16荔枝
- 17椰子
- 18栗子
- 19红枣
- 20山楂
- 21南瓜
- 22番茄
- 23辣椒
- 24白菜
- 25卷心菜
- 26马铃薯
- 27藕
- 28山药
- 29香菇
- 30猴头菇
- 31猪肾
- 32牛肉
- 33羊肉
- 34狗肉
- 35鲍鱼
- 36鳙鱼
- 37草鱼
- 38龟肉
- 39鱼鳔
- 40鸡蛋
- 41鸡肉
- 42牛奶
- 43生姜

(二) 适用于胃病患者的天然药物

- 1人参
- 2党参
- 3太子参
- 4白术
- 5甘草
- 6西洋参
- 7北沙参
- 8黄精
- 9桂枝
- 10紫苏
- 11茯苓

<<胃病>>

- 12苍术
- 13佩兰
- 14藿香
- 15吴茱萸
- 16山柰
- 17香附
- 18木香
- 19沉香
- 20甘松
- 21陈皮
- 22枳实
- 23玫瑰花
- 24肉桂
- 25麦门冬
- 26天门冬
- 27玉竹
- 28石斛
- 29锁阳
- 30巴戟天
- 31厚朴
- 32乌药
- 33延胡索
- 34九香虫
- 35徐长卿
- 36高良姜
- 37干姜
- 38郁金
- 39川楝子
- 40蒲公英
- 41白芍药
- 42佛手
- 43白豆蔻
- 44鸡内金
- 45谷芽
- 46麦芽
- 47六神曲
- 48丁香
- 49乌贼骨
- 50砂仁
- 51苏梗

三、胃病患者的食谱和药膳

(一) 茶饮

- 1蜜糖红茶
- 2橘皮红枣茶
- 3柠檬茶
- 4艾叶茶
- 5香橼茶

<<胃病>>

6茉莉菖蒲茶

7党参小米茶

8半夏姜枣茶

9醋姜茶

10白菜饮

11土豆汁

(二) 主食

1香菇牛肉粥

2椒面生姜粥

3干姜玉米粥

4猪肚粥

5卷心菜粥

6黄鱼粥

7莼菜粥

8党参焦米粥

9姜花椒粥

10糯米百合粥

11洋白菜粥

12鲫鱼赤豆粥

13桂花粥

14桃仁粥

15沙参麦冬粥

16神曲山楂粥

17菜菔子陈皮粥

18百合粥

19参芪红枣良姜粥

20麦饭石粥

21肉桂粳米粥

22玫瑰花粥

23砂仁粳米粥

24龙眼莲子粥

25陈皮粥

26花生乌贼骨粉

27参桂米饭

28党参健胃饭

(三) 小吃

1白蔻馒头

2八宝启脾糕

3健脾糕

(四) 菜肴

1玉参焖鸭

2乌贼骨猪肚

3山药炖羊肚

4平菇炖肉

5砂仁猪肚

6胡椒肚片

7陈皮油淋鸡

## <<胃病>>

- 8豆蔻全鱼
- 9五香山药鸡
- 10内金鲜鱼段
- 11玉竹麦冬陈皮煲兔肉
- 12肉末炒猴头菇
- 13仙人掌炒牛肉
- (五) 汤羹
- 1莲子桂花羹
- 2栗子羹
- 3鲫鱼姜枯羹
- 4姜韭牛奶羹
- 5甲鱼羊肉汤
- 6猪肚姜桂汤
- 7鳙鱼党参汤
- 8沙参山药汤
- 9鸡肉猴头菇汤
- 10黄芪猴头汤
- 11玉山鸽肉汤
- 12山参鹌鹑汤
- 13山药鱼片汤
- 14砂仁鲫鱼汤
- 15草果羊肉汤
- 16沙参蛋汤
- 17旱莲草红枣汤
- 18.鲫鱼黄芪汤
- 其他自然疗法
- 一、针灸疗法
- (一) 急性胃炎的针灸方法
- (二) 慢性胃炎的针灸方法
- (三) 胃溃疡的针灸方法
- (四) 胃下垂的针灸方法
- 二、磁穴疗法
- (一) 急性胃炎的磁穴疗法
- (二) 慢性胃炎的磁穴疗法
- 三、刮痧疗法
- (一) 急性胃炎刮痧疗法
- (二) 慢性胃炎刮痧疗法
- (三) 胃溃疡疗法
- (四) 胃下垂刮痧疗法
- 四、拔罐疗法
- (一) 急性胃炎拔罐疗法
- (二) 慢性胃炎拔罐疗法
- (三) 胃溃疡拔罐疗法
- (四) 胃下垂拔罐疗法
- 五、敷贴疗法
- (一) 急性胃炎的敷贴疗法
- (二) 慢性胃炎的敷贴疗法

<<胃病>>

- (三) 胃溃疡的敷贴疗法
- (四) 胃下垂的敷贴疗法

<<胃病>>

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>