

<<肝病保健百科>>

图书基本信息

书名：<<肝病保健百科>>

13位ISBN编号：9787543944084

10位ISBN编号：7543944081

出版时间：2010-9

出版时间：上海科学技术文献出版社

作者：林敬，李国霞 编著

页数：366

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>

## 前言

近日，有乙肝病毒携带者首获健康证以及食品业不再查乙肝的报道，这并非说对于乙肝我们可以置之不理，更不能就此推测说，肝上有点什么健康问题就可以睁一只眼闭一只眼，毕竟，健康是每个人的第一财富。

因此，作为人生第一财富的健康要是有个什么闪失，自然不是一个小问题。

健康是财富，养肝很重要。

常规的统计，甚至让医生也出乎意料，肝病患者基数庞大，肝病医疗费用居高不下。

甲肝、乙肝、丙肝，肝硬化、乙醇（酒精）肝、药物性肝炎、肝癌，甚至有的患者同时承受几种病症的侵袭，肝病患者们都渴望有一本值得信赖的、真正实用的贴身专业保健图书。

为此，我们广泛听取一线肝病专家的建议，精心设计本书内容，在以常见肝病为主线的基础上，紧扣肝脏的养护、肝病的治疗，将各种临床表现、诊断以及饮食疗法、运动疗法、心理疗法、起居疗法等进行有机整合。

从患者的角度，向患者传授养肝、护肝的健康常识，教患者诊测常见肝病，为患者提供卓有成效的肝病治疗方案，指导患者矫正不良饮食习惯，将药疗、食疗一体化治病模式落到实处。

## <<肝病保健百科>>

### 内容概要

肝病，发病人数最多的疾病之一！

我国有1.2亿人感染或携带肝病病毒，严重地危害着民众的健康！

如何才能预防肝病，如何治疗肝病，如何做好日常保健工作呢？

赶快翻开本书吧，这里将告诉您防治肝病的方方面面、点点滴滴，有专家的细心指导，有全面的保健方案，有实用的防治妙招，有不花钱的养生智慧，《肝病保健百科》是您居家调养的私人医生和贴心护士！

书籍目录

1 肝脏是人体“神奇的化工厂” 2 分型论治，常见肝病的诊断与防治3 养肝食典，患了肝病怎么吃4 药物保健康5 将保肝运动进行到底6 心理保健，态度决定康复成败7 四季有别，护肝养肝生活“细”安排

## 章节摘录

插图：中医曰：“凡肝脏象木，与胆合为腑”，“胆腑者，主肝也，肝合气于胆”。

意思是说，肝脏属木，与胆合成腑，而且胆受肝主管，肝合气于胆。

根据中医学的传统理论，肝与胆互为表里，生理关系同样非常密切。

在中医学的“五脏六腑”之说中，肝脏属于“五脏”的序列，而与之对应的“腑”正是胆。

肝主疏泄，胆主通降。

胆汁的正常排泄，需依靠肝的疏泄功能，而如果肝脏功能失常，势必会影响胆汁的分泌和排泄。

反之，如果胆汁排泄不畅也会影响到肝的疏泄。

除此之外，在精神情志方面，肝调畅情志，胆主决断，都与人之勇怯相关。

肝胆之间彼此协调，我们的“胆色”才会“壮”，正如中医学典籍《类经》所说：“胆附于肝，相为表里，肝气虽强，非胆不断，肝胆相济，勇敢乃成。”

在西医眼里，“肝胆相照”首先在解剖学上是完全正确的，因为胆囊正好位于肝脏右叶的胆囊窝内；其次，从其功能来看，胆囊是肝脏的好帮手，因为胆囊是储存胆汁的“仓库”，而胆汁的“制造商”是肝脏。

一旦我们开始进食，胆囊就开始收缩，于是胆汁就会流入肠道，帮助脂肪的消化与吸收。

## <<肝病保健百科>>

### 编辑推荐

《肝病保健百科》：生意需要经营，我们可以雇人；财富需要管理，我们可以委托人，健康需要打理，但我们却不能将生命“全托”给别人。

我的健康我做主，自己才是最好的医生。

只要患者朋友能按照书中的指导去做，并与医生密切配合，做好病情的监测和管理，就完全可以战胜肝病，享受幸福美好的人生。

内容丰富，治病防病保健+图文并茂，好懂好用好看，专家指导，科学实用安全+细心贴心，省时省力省钱，全程健康教育最新模式，防治慢性病，自己是最好的医生。

肾病家庭保健，首选读物。

选礼选贴心，送礼送健康。

赠精美挂图。

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>