第一图书网, tushu007.com

<<痛经月经不调调养与护理>>

图书基本信息

书名：<<痛经月经不调调养与护理>>

13位ISBN编号：9787800899881

10位ISBN编号：7800899888

出版时间：1999-05

出版时间：中国中医药出版社

作者：刘炎忠

页数：296

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

第一图书网, tushu007.com

<<痛经月经不调调养与护理>>

内容概要

《痛经月经不调调养与护理》从临床护理和家庭护理的角度，以问答的形式，重点介绍痛经、月经不调的调护，并阐述其病因病理、症状、诊断、调治和预防方面的知识。
内容系统、科学、实用，使广大读者能够从饮食、心理、运动方面加以注意，真正做到未病先防，既病防变。

第一图书网, tushu007.com

书籍目录

目 录
1.正常的月经是怎样的？

2.月经来潮前应怎样注意饮食？

3.月经期宜吃哪些食物？

4.月经期不宜吃哪些食物？

5.月经期能进行剧烈运动吗？

6.精神因素对月经有影响吗？

7.为什么要重视青春期少女经期的心理调护？

8.妇女在月经期应怎样保健？

9.少女月经初潮应如何护理？

10.何谓痛经？

11.痛经是如何分类的？

12.青春期少女为何容易发生痛经？

13.已婚妇女为何也发生痛经？

14.中医认为发生痛经的根本原因是什么？

15.痛经一般有哪些疼法？

16.青春期少女痛经发作时应怎么办？

17.经期小肚子隐痛者的伴随症状有哪些，可选用哪些中成药调治？

18.经期小肚子隐痛应选择哪些药膳调治？

19.来月经时小肚子胀痛者的伴随症状有哪些，可选用哪些中成药调治？

20.来月经时小肚子胀痛应选择哪些药膳调治？

21.来月经时腰酸、小肚子隐痛者的伴随症状有哪些，可选用哪些中成药调治？

第一图书网, tushu007.com

22.来月经时腰酸 小肚子隐痛可选择哪些药膳调治？

23.来月经时小肚子象“ 刀绞样 ”疼痛者的伴随症状有哪些，可选择哪些中成药调治？

24.痛经象“ 刀绞样 ”的应选择哪些药膳调治？

25.来月经时小肚子冷痛、连及腰痛者的伴随症状有哪些，可选择哪种中成药调治？

26.来月经时小肚子冷痛且连及腰痛的可选择哪些药膳调治？

27.来月经时小肚子烧灼痛者的伴随症状有哪些，可选用哪种中成药调治？

28.来月经时小肚子烧灼痛可选用哪些药膳调治？

29.痛经病人在饮食方面应怎样调理？

30.患痛经后为何不宜食寒凉食物，应选择什么样的食物？

31.痛经病人能吃酸涩食物吗？

32.为什么有的痛经患者要忌食刺激性食物？

33.吃水果能调治痛经吗，宜吃哪些水果，不宜吃哪些水果？

34.喝茶能防治痛经吗，应选择哪些茶疗方？

35.痛经妇女宜饮酒吗？

36.怎样自己配制药酒调治痛经？

37.吃哪些偏方可调治痛经？

38.能用敷脐疗法调治痛经吗？

39.自己按摩、点穴可以防治痛经吗？

40.怎样用足部反射区按摩法调治痛经？

41.怎样用拔罐法调治痛经？

第一图书网, tushu007.com

42.压耳穴可调治痛经吗？

43.灸哪些穴位可调治痛经？

44.患痛经的病人平时可以进行体育锻炼吗？

45.做哪些医疗体操对痛经患者恢复健康有帮助？

46.选择哪种保健操或保健功可帮助纠正子宫位置不正引起的痛经？

47.女青年为什么要注意经期心理调节，应怎样进行心理调节？

48.住进医院的痛经患者应怎样辨证施护？

49.家庭护理痛经患者应从哪几个方面着手？

50.婚后痛经会自愈吗？

51.妇女应如何自我保健预防痛经？

52.子宫内膜异位症出现痛经是怎么回事？

53.子宫内膜异位症是怎样发生的？

54.患者根据症状表现的不同可分别选用哪些中成药调治子宫内膜异位症出现的痛经？

55.可选用哪些药膳调治子宫内膜异位症出现的痛经？

56.患子宫内膜异位症的病人应怎样注意饮食调养？

57.怎样用按摩的方法调治子宫内膜异位症出现的痛经？

58.用拔罐的方法可不可以调治子宫内膜异位出现的痛经？

59.用耳针怎样调治子宫内膜异位症出现的痛经？

60.灸法可以调治子宫内膜异位症出现的痛经吗？

61.子宫内膜异位症出现痛经后可选用哪些简便处方治疗？

第一图书网, tushu007.com

62.患子宫内膜异位症的病人可以锻炼身体吗？

63.患子宫内膜异位症的病人从心理上应怎样调节？

64.医院的医护人员应怎样护理患子宫内膜异位症的病人？

65.在家中应怎样护理患子宫内膜异位症的病人？

66.怎样预防子宫内膜异位症的发生？

67.何为子宫腺肌病 子宫腺肌病为何会导致痛经？

68.怎样选用合适的中成药调治子宫腺肌病出现的痛经？

69.选用哪些药膳调治子宫腺肌病出现的痛经？

70.怎样用拔罐的方法调治子宫腺肌病出现的痛经？

71.压耳穴法能调治子宫腺肌病出现的痛经吗？

72.用灸法能调治子宫腺肌病出现的痛经吗？

73.怎样选用简便处方调治子宫腺肌病出现的痛经？

74.患者自己可以用灌肠的方法调治子宫腺肌病出现的痛经吗？

75.锻炼身体对于预防子宫腺肌病的发生有帮助吗？

76.患子宫腺肌病的病人为什么要注意心理调节？

77.怎样护理患有子宫腺肌病的病人？

78.怎样预防子宫腺肌病的发生？

79.盆腔瘀血症出现痛经是怎么回事？

80.盆腔瘀血症的发生与哪些因素有关？

81.中医认为盆腔瘀血症出现痛经是什么原因

第一图书网, tushu007.com

造成的？

82.怎样根据不同症状选用中成药调治盆腔瘀血症出现的痛经？

83.盆腔瘀血症出现痛经可选用哪些药膳调治？

84.盆腔瘀血症患者在饮食上应注意什么？

85.怎样用拔罐的方法调治盆腔瘀血症出现的痛经？

86.盆腔瘀血症患者应怎样进行体育锻炼？

87.怎样护理盆腔瘀血症患者？

88.如何预防盆腔瘀血症的发生？

89.何谓月经不调？

90.为什么会发生月经不调？

91.少女初潮后月经不准是月经不调吗？

92.导致月经初潮不正常的原因有哪些？

93.青春期少女月经失调有哪些表现？

94.怎样预防学习紧张而发生的月经不调？

95.怎样服用阿胶调治月经不调？

96.怎样用足底反射区按摩法调治月经不调？

97.月经先期是怎么回事？

98.中医对月经先期是如何分型的？

99.可选用哪些中成药调治月经先期？

100.怎样用药膳调治月经先期？

101.月经先期的患者在饮食上应注意哪些？

102.用敷脐疗法能调治月经先期吗？

103.压耳穴可以调治月经先期吗？

第一图书网, tushu007.com

104.用哪些简便处方调治月经先期？

105.精神因素对发生月经先期的病人有影响吗？

106.发生月经先期的病人能进行体育锻炼吗？

107怎样护理月经先期患者？

108.月经后期是怎样发生的？

109.怎样根据症状选择合适的中成药调治月经后期？

110.可选用哪些药膳调治月经后期？

111.月经后期的患者在饮食上应注意什么？

112.压耳穴可调治月经后期吗？

113.月经后期的患者应如何自我调护？

114.为什么会发生月经先后不定期？

115.选用哪些常用中成药调治月经先后不定期？

116.怎样用药膳调治月经先后不定期？

117.月经先后不定期患者宜食哪些食物，不宜食哪些食物？

118.怎样用压耳穴的方法调治月经先后不定期？

119.为什么月经先后不定期患者要保持情绪舒畅？

120.月经先后不定期的患者应怎样自我调护？

121.为什么会发生经期延长？

122.怎样根据症状用中成药调治经期延长？

123.怎样用药膳调治经期延长？

124.经期延长的患者在饮食上应注意什么？

125.经期延长的患者应怎样自我护理？

第一图书网, tushu007.com

126.怎样预防经期延长的发生？

127.经间期出血是怎么回事？

128.根据症状可选用哪些中成药调治经间期出血？

129.怎样用药膳调治经间期出血？

130.经间期出血的患者应怎样注意饮食？

131.可用压耳穴的方法调治经间期出血吗？

132.选用哪些简便处方调治经间期出血？

133.经间期出血的患者应怎样自我调护？

134.怎样才能防止经间期出血的发生？

135.月经过多是怎么回事？

136.上环后出现月经过多的原因有哪些？

137.月经过多可选用哪些中成药调治？

138.怎样用药膳调治月经过多？

139.月经过多患者应注意什么？

140.怎样选用验方调治月经过多？

141.月经过多的患者可以进行体育锻炼吗？

142.月经过多的患者为什么要注意心理调养？

143.怎样护理月经过多的患者？

144.为什么会发生月经过少？

145.怎样选用中成药调治月经过少？

146.怎样用药膳调治月经过少？

147.月经过少的患者在饮食上应注意哪些？

148.用压耳穴的方法可调治月经过少吗？

149.月经过少的患者应如何自我调护？

第一图书网, tushu007.com

150.崩漏是怎样发生的？

151.西医所说的“功血”是怎么回事？

152.为什么青春期少女易发生“功血”？

153.更年期妇女为何也易发生“功血”？

154.中医将崩漏分几型，每型的症状是怎样的？

155.崩漏常出现哪些并发症？

156.可选用哪些常用中成药调治崩漏？

157.肾气虚引起的崩漏应选择哪些药膳调治？

158.脾气虚引起的崩漏应选择哪些药膳调治？

159.肾阳虚引起的崩漏应选择哪些药膳调治？

160.血热引起的崩漏应选择哪些药膳调治？

161.虚热引起的崩漏应选择哪些药膳调治？

162.血瘀引起的崩漏应选择哪些药膳调治？

163.子宫损伤引起的崩漏应选择哪些药膳调治？

164.崩漏患者宜食哪些食物？

165.崩漏患者不宜食哪些食物？

166.怎样用偏方调治崩漏？

167.怎样用敷脐疗法调治崩漏？

168.用拔罐的方法可以调治崩漏吗？

169.灸哪些穴位可止崩漏出血？

170.选用哪些简便处方可以止崩漏出血？

171.崩漏患者还能进行体育锻炼吗？

172.为什么要重视崩漏患者的精神调养？

第一图书网, tushu007.com

173.“ 功血 ”患者在日常生活中应注意哪些问题？

174.在医院里应怎样护理崩漏患者？

175.在家里应怎样护理崩漏患者？

176.崩漏患者在饮食上应怎样调养，如何预防贫血？

177.怎样预防青春期“ 功血 ”？

178.怎样预防崩漏的复发？

179.闭经是怎么回事？

180.产生闭经的原因有哪些？

181.营养因素会导致闭经吗？

182.精神因素会诱发闭经吗？

183.哪些药物会导致闭经？

184.肥胖会导致闭经吗？

185.吸烟会影响月经吗，最终会导致闭经吗？

186.为什么剧烈运动会导致闭经？

187.人工流产术后为什么有些人会出现月经不调，甚至闭经？

188.席汉氏综合征为什么会引起闭经？

189.肾气虚引起的闭经伴随哪些症状，可选用哪种中成药调治？

190.肾气虚引起的闭经应选择哪些药膳调治？

191.肝肾两虚引起的闭经伴随哪些症状，可选用哪些中成药调治？

192.肝肾两虚引起的闭经可选择哪些药膳调治？

193.气血虚引起的闭经伴随哪些症状，可选用哪些中成药调治？

第一图书网, tushu007.com

194.气血虚引起的闭经应选择哪些药膳调治？

195.阴虚引起的闭经伴随哪些症状，可选用哪种中成药调治？

196.阴虚引起的闭经应选择哪些药膳调治？

197.血瘀引起的闭经伴随哪些症状，可选用哪种中成药调治？

198.血瘀引起的闭经应选择哪些药膳调治？

199.肥胖引起的闭经伴随症状有哪些，可选用哪种中成药调治？

200.肥胖引起的闭经可选择哪些药膳调治？

201.闭经病人宜食哪些食物？

202.闭经病人不宜食哪些食物？

203.吃水果能调治闭经吗，应选择哪些水果食用不宜食哪些水果？

204.已婚妇女平时月经规律，突然停经是怎么回事？

205.月经过期不来就是闭经吗？

206.可选择哪些偏方调治闭经？

207.用敷脐疗法可以调治闭经吗？

306.医护人员对经行前后情志异常的患者应怎样辨证施护？

307.经行失眠是什么原因引起的？

308.可选用哪些中成药调治经行失眠？

309.选用哪些药膳可调治经行失眠？

310.按摩可以调治经行失眠吗？

311.艾灸哪些穴位可调治经行失眠？

312.怎样选用简便处方调治经行失眠？

第一图书网, tushu007.com

313.经行失眠的患者为什么要注意心理调节？

314.怎样护理经行失眠患者？

315.何谓性早熟？

316.为什么会发生性早熟？

317.如何防治性早熟？

329.倒经是怎么回事？

318.怎样选用中成药调治倒经？

319.怎样选用药膳调治倒经？

320.怎样护理倒经病人？

321.医护人员对于倒经患者应怎样辨证施护？

322.老年经断复行是怎么回事？

323.可用哪些中成药和药膳调治老年经断复行？

324.老年经断复行患者应怎样自我调护？

325.为什么重视妇女心理因素的调节是至关重要的？

326.为什么说饮食保健是妇女保健的一个重要方面？

327.为什么说加强体育锻炼是妇女保健不容忽视的内容？

第一图书网, tushu007.com

编辑推荐

《痛经月经不调调养与护理》由中国中医药出版社出版。

第一图书网, tushu007.com

<<痛经月经不调调养与护理>>

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