

<<便秘自我防治200问>>

图书基本信息

书名：<<便秘自我防治200问>>

13位ISBN编号：9787807398684

10位ISBN编号：780739868X

出版时间：1970-1

出版时间：中原农民出版社

作者：柳越冬 编

页数：112

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>

<<便秘自我防治200问>>

内容概要

生活中我们大家都有过便秘的经历，正因为便秘具有普遍性，才不被大家重视。但便秘能诱发心脑血管疾病，导致肥胖、痛经、癌症、性欲减退、痤疮等的发生。为此特请医学专家采用患者咨询、专家回复的方式向读者介绍便秘的相关知识。

《便秘自我防治200问》所介绍的问题都是患者最关心、最常见、最具代表性的，从认识便秘、为何便秘、便秘及其伴随症状、不同人群的便秘、便秘的诊治、便秘术前术后知识、便秘并发症、便秘的预防调护等方面均作了详尽的回答。

《便秘自我防治200问》通俗易懂，内容全面丰富，形式活泼，适合广大患者及家属阅读。

<<便秘自我防治200问>>

书籍目录

- 一、认识便秘1.每天排大便1次也会是便秘吗？
- 2.3天排大便1次，算便秘吗？
- 3.便秘除了排大便异常，还会出现什么症状？
- 4.便秘有哪几种？
- 5.便秘患者都会采用指诊检查吗？
- 6.便秘都有哪些常用检查方法？
- 7.便秘需要到医院诊治吗？
- 8.应该如何选择通便药？
- 9.一有便秘就要服用通便导泻的药物吗？
- 10.引起便秘的不良饮食习惯有哪些？
- 11.引起便秘的不良排便习惯有哪些？
- 二、为何便秘1.压力大，会引起便秘吗？
- 2.饮食比较精细，可以导致便秘吗？
- 3.饭后吃水果会引起便秘吗？
- 4.喝茶会导致便秘吗？
- 5.便秘和喝水少有关系吗？
- 6.全天坐着工作，可以导致便秘吗？
- 7.便秘和不爱活动有关吗？
- 8.工作忙，排大便时间不规律，可以导致便秘吗？
- 9.铅中毒会引起便秘吗？
- 10.我排大便时爱看杂志，对排大便有什么影响吗？
- 11.胃药会引起便秘吗？
- 12.服用钙剂，也会引起便秘吗？
- 13.维生素B1缺乏会引起便秘吗？
- 14.全身慢性消耗性疾病可以引起便秘吗？
- 15.直肠肿瘤可以引起便秘吗？
- 16.糖尿病可以引起便秘吗？
- 17.胃下垂会引起便秘吗？
- 18.心肌梗死与便秘有什么关系吗？
- 19.为什么更年期会发生便秘呢？
- 20.肛门疾病可以引起便秘吗？
- 21.粪便嵌塞的原因有哪些？
- 三、便秘及其伴随症状1.便秘伴有大便带血是怎么回事？
- 2.便秘与腹泻交替出现是怎么回事？
- 3.便秘有时候表现腹泻症状吗？
- 4.便秘伴有腹部硬块是怎么回事？
- 5.便秘伴有腹痛是怎么回事？
- 6.大便先干后稀是怎么回事？
- 7.便秘伴有发热是怎么回事？
- 8.便秘伴有体重下降是怎么回事？
- 9.便秘和混合痔有什么关系？
- 10.便秘和肛周脓肿、肛瘘有什么关系？
- 11.便秘和肛裂有什么关系？
- 12.长期便秘会导致结肠癌吗？
- 13.经常用手掏大便有什么危害吗？

<<便秘自我防治200问>>

四、不同人群的便秘 (一) 小儿便秘

1. 小儿正常大便是几天1次?
2. 小儿便秘都有什么原因?
3. 小儿便秘有什么表现?
4. 什么是先天性巨结肠?
应该怎么治疗?
5. 小孩子吃得少, 为什么会引起便秘?
6. 小孩子吃得不少, 仍然便秘怎么回事?
7. 小儿食积引起的便秘, 吃点什么好呢?
8. 我家宝宝便秘, 母乳喂养如何调整饮食?
9. 我家宝宝便秘, 人工喂养如何调整饮食?
10. 家长怎么养成小儿的排大便习惯?
11. 家长自己在家中能用什么方法给小儿通便?
12. 小儿可用泻药吗?
13. 便秘会影响小儿的智力发育吗?
14. 便秘会影响小儿的身体发育吗?

(二) 青少年便秘

1. 便秘对读书的青少年记忆力有影响吗?
2. 便秘影响学习吗?
3. 青少年便秘如何预防?
4. 青少年减肥和便秘有联系吗?

(三) 孕妇便秘

1. 孕妇为什么会出便秘?
2. 孕妇便秘对胎儿有什么影响?
3. 孕妇便秘对自身有什么影响?
4. 孕妇便秘如何治疗?
5. 孕妇如何选择便秘药物?
6. 孕妇如何预防便秘, 在日常生活中要注意些什么?

(四) 老年人便秘

1. 老年人为什么更容易便秘?
2. 便秘会影响老年人的智力吗?
3. 便秘会造成老年人脑出血吗?
4. 便秘会使老年人发生猝死吗?
5. 老年人慢性便秘如何食疗?
6. 老年人便秘可以吃温补食物吗?
7. 老年人怎样预防便秘?

五、便秘的诊治 (一) 出口梗阻型便秘

1. 出口梗阻型便秘有什么症状?
2. 出口梗阻型便秘的病因是什么?
3. 出口梗阻型便秘, 都包括什么病?
4. 生完孩子后便秘, 咋回事?
5. 诊断直肠前突都做什么检查?
6. 如何治疗直肠前突?
7. 什么是直肠内套叠?
8. 得了直肠内套叠, 有什么症状?
9. 如何治疗直肠内套叠?
10. 什么是会阴下降综合征?
11. 得了会阴下降综合征, 有什么症状?
12. 如何治疗会阴下降综合征?
13. 什么是耻骨直肠肌综合征?
14. 得了耻骨直肠肌综合征, 有什么症状?
15. 如何治疗耻骨直肠肌综合征?

<<便秘自我防治200问>>

- 16.什么是盆底痉挛综合征？
- 17.得了盆底痉挛综合征，有什么症状？
- 18.如何治疗盆底痉挛综合征？
- 19.什么是孤立性直肠溃疡综合征？
- 20.得了孤立性直肠溃疡综合征，有什么症状？
- 21.如何治疗孤立性直肠溃疡综合征？
- (二)慢传输型便秘
- 1.什么是慢传输型便秘？
- 2.得了慢传输型便秘，有什么症状？
- 3.慢传输型便秘的病因是什么？
- 4.如何治疗慢传输型便秘？
- (三)混合型便秘
- 1.什么是混合型便秘？
- 2.混合型便秘的症状是什么？
- 3.如何治疗混合型便秘？
- (四)便秘的中医辨证论治
- 1.热秘的症状是什么？
- 2.热秘如何辨证论治？
- 3.治疗热秘的代表性中成药、验方有哪些？
- 4.冷秘的症状是什么？
- 5.冷秘如何辨证论治？
- 6.治疗冷秘的代表性中成药、验方有哪些？
- 7.气滞秘的症状是什么？
- 8.气滞秘如何辨证论治？
- 9.治疗气滞秘的代表性中成药、验方有哪些？
- 10.气虚秘的症状是什么？
- 11.气虚秘如何辨证论治？
- 12.治疗气虚秘的代表性中成药、验方有哪些？
- 13.血虚秘的症状是什么？
- 14.血虚秘如何辨证论治？
- 15.治疗血虚秘的代表性中成药、验方有哪些？
- 16.阴虚秘的症状是什么？
- 17.阴虚秘如何辨证论治？
- 代表性中成药是什么？
- (五)药物治疗便秘
- 1.治疗便秘的泻药有哪几类？
- 2.纤维制剂治疗便秘有啥优缺点？
- 3.刺激性泻药治疗便秘有啥优缺点？
- 4.渗透性导泻药治疗便秘有啥优缺点？
- 5.胃肠动力药治疗便秘有啥优缺点？
- 6.润滑性导泻药治疗便秘有啥优缺点？
- 7.缓泻药、润肠药长期服用有啥危害？
- 8.滥用便秘药物有什么危害？
- (六)其他治疗
- 1.如何用生物反馈疗法治疗便秘？
- 2.如何用针灸疗法治疗便秘？
- 3.如何用灌肠疗法治疗便秘？
- 4.如何用刮痧疗法治疗便秘？
- 5.如何用推拿疗法治疗便秘？
- 6.如何用大肠水疗治疗便秘？
- 7.祖国传统医学治疗便秘的方法有哪些？
- 8.如何用中医脐疗治便秘？

<<便秘自我防治200问>>

9.如何用耳穴压豆法治疗便秘？

10.长期卧床的便秘患者应该怎么治疗？

11.粪便嵌塞如何治疗？

六、便秘术前术后知识（一）手术前1.便秘患者在什么情况下选择手术治疗？

2.便秘患者手术前在饮食上要注意什么？

3.便秘患者手术前如何放松心情？

4.便秘患者手术前生活起居注意什么？

5.便秘患者手术前须准备些什么？

6.便秘患者手术前肠道做什么准备？

7.便秘患者手术前术区做什么准备？

8.便秘患者手术前需要注意哪些疾病？

9.便秘患者手术前需要用什么药物？

10.便秘患者手术前会做什么检查？

（二）手术后1.便秘患者手术后饮食注意什么？

2.便秘患者手术后如何放松心情？

3.便秘患者手术后生活起居要注意什么？

4.便秘患者术后疼痛怎么办？

5.便秘患者出院后需要注意些什么？

七、便秘并发症1.便秘会导致心脑血管疾病吗？

2.便秘会引起痔疮等肛周疾病吗？

3.长期便秘会造成婚后不孕吗？

4.便秘真的能妨碍夫妻生活和谐吗？

5.长期便秘会扼杀美丽吗？

6.便秘和月经病有什么关系？

7.便秘对肝有什么损害？

8.长期便秘可导致肥胖吗？

9.长期便秘会引起心理障碍吗？

八、便秘的预防调护（一）饮食1.便秘患者主食都选择些什么？

2.便秘患者蔬菜类都选择些什么？

3.便秘患者水果类都选择些什么？

4.便秘患者奶类制品都选择些什么？

5.便秘患者能吃零食吗？

都能吃些什么？

6.有糖尿病的便秘患者吃点什么好？

7.血脂高的便秘患者吃点什么好？

8.心肌梗死的便秘患者吃点什么好？

9.血压高的便秘患者吃点什么好？

10.胃下垂的便秘患者吃点什么好？

11.气虚秘患者吃点什么好？

12.血虚秘患者吃点什么好？

13.阴虚秘患者吃点什么好？

14.阳虚秘患者吃点什么好？

15.热秘患者吃点什么好？

16.气滞秘患者吃点什么好？

17.痔疮出血的便秘患者吃点什么好？

18.有肛裂的便秘患者吃点什么好？

19.咳喘的便秘患者吃点什么好？

<<便秘自我防治200问>>

- 20.更年期发生便秘吃什么好？
 - 21.长期吃保健品可以帮助排大便吗？
 - 22.适合儿童的食疗有哪些？
 - 23.膳食纤维如何能帮助缓解便秘？
 - 24.便秘患者不宜吃哪些有收涩作用的食物？
 - 25.便秘患者不宜吃哪些辛辣刺激食物？
- (二) 运动
- 1.什么运动有助于排大便？
 - 2.如何提肛锻炼才能有助于排大便？
 - 3.如何膈肌锻炼才能有助于排大便？
 - 4.如何按摩腹部防治便秘？
 - 5.如何按摩腰骶部防治便秘？
 - 6.如何按摩四肢防治便秘？
- (三) 生活起居
- 1.排大便习惯如何养成？
 - 2.怎样锻炼便意？
 - 3.每天如何饮水才能科学防治便秘？
 - 4.每天什么作息时间对排大便有好处？
 - 5.每天应该以什么样的心态应对便秘？

<<便秘自我防治200问>>

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>