

<<进补百问>>

图书基本信息

书名：<<进补百问>>

13位ISBN编号：9787810586405

10位ISBN编号：7810586408

出版时间：2003-12

出版时间：上海大学出版社

作者：余茂基 编

页数：200

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>

<<进补百问>>

内容概要

进补是中医之特色，也是中医之所长。
本书集进补者最关心的一百个话题，给予一一解答。
叙述生动，通俗易懂。

若论进补，老者肾阳已衰，少者气血未充；男者精气易泄，女者血液常专职。
进补当有不同。

<<进补百问>>

作者简介

余茂基，1951年生于中医世家。
1969年起用针灸为人治病，现任上海市针灸学会会员、上海市中西医结合学会会员。
1995年5月，被《临床特色医学》杂志聘为首届特邀编委。
1996年起在上海康美国际集团任经络研究所任职。
著有《实用针灸临床大全》等。

<<进补百问>>

书籍目录

自序一 进补常识篇1 为什么要进补？

2 哪些人需要进补？

3 常用的补法有哪些？

4 进补也须对症下药？

5 进补剂型这么多，该如何选择？

6 进补要不要忌口？

7 进补前要不要先吃引路药？

8 进补会不会有副作用？

9 进补会使人发胖吗？

10 用补酒进补可以吗？

11 哪些人适宜用阿胶进补？

12 膏滋药如何熬制？

13 怎样自制补酒？

14 药补不如食补的说法有道理吗？

15 只听说女性进补用阿胶，男性可以用吗？

16 夏令进补的理论依据是什么？

17 春天进补有方吗？

18 用食疗进补有没有配伍禁忌？

19 进补有没有最佳时机？

20 看口、舌、鼻就知道应该补什么吗？

21 进补不当出现不良反应怎么办？

二 慢性病者进补篇1 容易感冒者如何进补？

2 高血压病者能进补吗？

3 贫血的人应怎样进补？

4 血小板减少可以进补吗？

5 肺结核病人应怎样进补？

6 哪些支气管哮喘进补方效果比较好？

7 冠心病者可以进补吗？

8 血脂高的人还能补吗？

9 支气管扩张服什么补药为宜10 肝硬化用药补好还是食补好？

11 肝病后两眼干涩、视物昏花应如何进补？

12 进补对神经衰弱有效吗？

13 糖尿病者可以用膏滋药和药酒进补吗？

14 甲状腺机能亢进者如何进补？

15 阳痿用补酒以补肾壮阳效果如何？

16 便秘是虚吗？

应当怎样进补？

17 出虚汗应当怎样进补才好？

18 一到冬天就手脚冰冷，要进补吗？

……三 女性进补篇四 儿童进补篇五 老年人进补篇六 常人进补篇七 各类补品篇

<<进补百问>>

章节摘录

进补常识篇 1.为什么要进补？

为什么要进补？

因为你的体质虚弱了，需要纠正，这纠正体质的方法就叫做“进补”。

进补一般包括药补和食补。

到底采用药补还是采用食补来纠正体质，这就要看身体的具体情况来定。

一般来说，虚得比较明显，比较严重，我们一般先采用药补的方法，或者是以药补的方法为主，食补的方法为辅。

如果脾胃消化吸收功能不好，平时胃口极差，吃一点东西就会脘腹胀满，闻到药味就要作呕，这时要他喝一碗中药下去，保险给你吐出来。

此时必须以食补为主，中药为辅，慢慢调补，使脾胃功能逐渐恢复。

中医对于进补有个准则，叫做“顾护胃气”。

认为：只要有一丝胃气，就有一线生机。

在用中药治病的时候，要顾护胃气；在进补的时候，同样需要顾护胃气。

其实，自古以来，中药里有许多是食物，而食物中有许多是中药。

你说红枣是中药还是食物？

你说蜂蜜是中药还是食物？

“药食同源”说的就是这种情况。

.....

<<进补百问>>

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>