

<<图说常见病自然疗法丛书>>

图书基本信息

书名：<<图说常见病自然疗法丛书>>

13位ISBN编号：9787117075916

10位ISBN编号：7117075910

出版时间：2006-6

出版时间：人民卫生出版社

作者：屈明芬

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>

<<图说常见病自然疗法丛书>>

内容概要

《图说常见病自然疗法丛书》共10册，本书为其中之一，书中主要以图文并茂的形式介绍了抑郁症的按摩、拔罐、刮痧、贴敷、熏洗、中药、针灸、食疗的方法及应用，以及抑郁症的运动、音乐疗法，心理调护、预防知识。

该书集知识性、趣味性、实用性为一体，以文解图，以图说文，方法易学实用，可供想获得相关知识的医学生、乡村社区医生、自然疗法爱好者、患者及其家属阅读。

《图说常见病自然疗法丛书》共选了临床最常见的10种疑难病症，对每种病症分别以图文并茂的形式介绍其各种疗法及基本知识，以供读者阅读。

每册书包括三部分内容：一是疾病的基本知识，突出知识性、趣味性；二是根据中医的辨证论治原则介绍该病的按摩、拔罐、刮痧、贴敷、熏洗、中药、针灸、食疗的方法及应用；三是介绍中西医结合的有关该病的运动、音乐、心理调护、预防的知识。

书中穿插卡通漫画图、解剖示意图、相关穴位图等，集中西医自然疗法为一体，集知识性、趣味性、实用性为一体，为迫切想获得相关知识的医学生、乡村社区医生、自然疗法爱好者、患者及其家属提供一个全面、实用的读物。

书籍目录

第一章 概述 第一节 认识抑郁症 第二节 抑郁症的病因与发病机制 第三节 抑郁症的诊断与分类 第四节 抑郁症的西医药治疗 第五节 中医学对抑郁症的认识第二章 经络与腧穴 第一节 认识经络与腧穴 第二节 治疗抑郁症的常用穴位第三章 抑郁症的按摩疗法 第一节 抑郁症常用按摩手法 第二节 抑郁症常用按摩法第四章 抑郁症的拔罐疗法 第一节 拔罐防治抑郁症基础 第二节 抑郁症常用拔罐法第五章 抑郁症的刮痧疗法 第一节 刮痧防治抑郁症基础 第二节 抑郁症常用刮痧法第六章 抑郁症的中草药治疗 第一节 中草药简介 第二节 抑郁症常用中药 第三节 抑郁症常用方剂及偏方验方第七章 抑郁症的贴敷疗法 第一节 贴敷防治抑郁症基础 第二节 抑郁症常用贴敷法第八章 抑郁症的熏洗疗法 第一节 熏洗防治抑郁症基础 第二节 抑郁症常用熏洗法第九章 抑郁症的针灸疗法 第一节 针灸防治抑郁症基础 第二节 抑郁症常用针灸疗法第十章 抑郁症的饮食疗法 第一节 食疗防治抑郁症基础 第二节 抑郁症的饮食禁忌 第三节 抑郁症的饮食选择 第四节 抑郁症常用药膳第十一章 抑郁症的运动疗法 第一节 抑郁症与运动 第二节 抑郁症常用运动疗法第十二章 抑郁症的音乐疗法 第一节 音乐防治抑郁症基础 第二节 抑郁症常用音乐疗法第十三章 抑郁症的心理调护 第一节 抑郁症与心理疗法 第二节 抑郁症的心理问题与调护第十四章 抑郁症的预防

章节摘录

书摘在医学上一般把女性45~55岁、男性50~60岁这个年龄阶段，称之为更年期。

更年期抑郁症是一种发生在更年期的常见精神障碍。

更年期抑郁症患者常常有某些躯体或精神因素作为诱因，比如重大意义事件及躯体疾病等；患者常常发生生理和心理方面的改变。

生理功能方面的变化多以消化系统、心血管系统和自主神经系统的临床症状为主要表现：食欲减退、上腹部不适、口干、便秘、腹泻、心悸、血压改变、脉搏增快或减慢、胸闷、四肢麻木、发冷、发热、性欲减退、月经变化以及睡眠障碍、眩晕、乏力等。

生理方面变化常在精神症状之前出现，往往随着病情发展而加重，经过治疗后躯体症状消失的也比精神症状早。

更年期抑郁症一般起病缓漫，逐渐发展，病程较长，开始多表现为神经衰弱症状，如失眠、乏力、头昏、头疼、烦躁不安等各种躯体不适感。

患者常是情绪低落、郁郁寡欢、焦虑不安、面容憔悴，过分担心发生意外，以悲观消极的心情回忆往事，对比现在，忧虑将来。

常感觉大祸临头，并有搓手顿足、纠缠他人的现象。

反复回忆既往不愉快的经历，当回忆过去在某些方面曾有过一些微不足道的缺点错误时，常追悔莫及，认为自己应受到惩罚，死有余辜。

更有甚者，回忆以往一些生活琐事，如与某人发生过口角未曾道歉，这些都已“铸成大错”，无法弥补。

在此基础上，患者认为自己不仅无用，而且有罪，周围的人也都在议论他，甚至有人要谋害他，即精神病性症状的关系妄想、被害妄想、自罪妄想。

总之，若处于更年期的年龄阶段，感到对什么都不感兴趣，情绪低落、沮丧，整日紧张焦虑或怀疑自己患了不治之症，有时候常有这样那样的痛苦，可是又查不出具体疾病，提示可能患了更年期抑郁症。

在这种情况下应到专科医院就诊，及早进行有效治疗。

(图1-21) P27

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>