

<<便秘防治一本通>>

图书基本信息

书名：<<便秘防治一本通>>

13位ISBN编号：9787509142967

10位ISBN编号：7509142962

出版时间：2010-10

出版时间：人民军医出版社

作者：李静 编

页数：243

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>

## <<便秘防治一本通>>

### 内容概要

本书系统地介绍了有关便秘的中西医诊疗和日常养生常识，包括便秘的诊疗常识、中医分型辨治、多种治疗方法、食疗药膳、保健常识等，内容系统全面，方法简单实用，语言通俗易懂。本书适合便秘患者及其家属使用，还可供中医、西医及中西医结合的临床、科研工作者阅读参考。

## &lt;&lt;便秘防治一本通&gt;&gt;

## 书籍目录

第1章 便秘概述 第一节 “便”和“便秘” 一、便的形成 二、大肠的功能 三、排便 四、便秘的成因 第二节 便秘的分类 一、急性便秘 二、慢性便秘 三、其他性质便秘 第三节 便秘的危害 一、便秘引起的危害 二、便秘合并其他疾病第2章 诊疗常规 第一节 便秘诊断 一、病史 二、慢性便秘常见表现 三、常规检查 四、特殊检查 五、慢性便秘的诊断标准 第二节 药物治疗 一、刺激性泻药 二、机械性泻药 三、胃肠动力药 四、其他 五、急性便秘选用药 六、正确用药第3章 中医分型辨治 第一节 辨证分型 一、何为辨证论治 二、便秘的辨证 第二节 肠胃积热型便秘 一、治疗要义 二、代表方剂 三、临床效方 四、典型病案 五、食疗疗法 第三节 阴寒积滞型便秘 一、治疗要义 二、代表方剂 三、临床效方 四、典型病案 五、食疗疗法 第四节 气机郁滞型便秘 一、治疗要义 二、代表方剂 三、临床效方 四、典型病案 五、食疗疗法 第五节 脾肺气虚型便秘 一、治疗要义 二、代表方剂 三、临床效方 四、典型病案 五、食疗疗法 第六节 血液亏虚型便秘 一、治疗要义 二、代表方剂 三、临床效方 四、典型病案 五、食疗疗法 第七节 阴津不足型便秘 一、治疗要义 二、代表方剂 三、临床效方 四、典型病案 五、食疗疗法 第八节 阳虚寒凝型便秘 一、治疗要义 二、代表方剂 三、临床效方 四、典型病案 五、食疗疗法第4章 多种疗法 第一节 按摩疗法 第二节 针刺疗法 第三节 耳穴疗法 第四节 敷贴疗法 第五节 其他疗法 第六节 中成药辅助治疗 第七节 民间验方疗法第5章 生活宜忌 第一节 起居适宜 一、养成排便习惯 二、避免疲劳 第二节 饮食适宜 一、注意饮食 二、不同便秘的饮食注意 三、有利于排便的纤维素 四、有助于排便的食物 第三节 适当运动 一、肛门-会阴运动 二、1分钟健身快便法 三、腹肌训练 四、防便秘操 五、跑步防治便秘 六、跳绳防治便秘第6章 答疑解惑 第一节 常见问题 第二节 避免误区

章节摘录

第1章 便秘概述 便秘是由多种病因引起的常见症状，患者常有粪便于结、排便困难或不尽感，在不用通便药时，完全排空粪便的次数显著减少等。

正常成人排便习惯因人而异，多数为每天1~2次或1~2天排便1次，粪便多为成形或软便，少数人的排便次数可达每天3次，或3天1次。

近年来，对便秘和慢性便秘的定义提出了量化指标，在不用通便剂的情况下，1周自发性排便不超过2次，且1/4以上的时间至少具有粪便硬少、排便困难、排便不畅3个条件中的1个；而且无结构性病变或其他生化指标异常可解释的便秘；1年内便秘病程达12周以上。

第一节 “便”和“便秘” 一、便的形成 人的消化管（消化道）为粗细不等的肌性管道，起于口腔，以后顺序分为咽、食管、胃、小肠（十二指肠、空肠和回肠）、大肠（盲肠、结肠、直肠、肛管），最终开口于肛门。

临床上，通常把从口腔至十二指肠的一段管道称为上消化道，空肠以下的部分称为下消化道。

.....

## <<便秘防治一本通>>

### 编辑推荐

《便秘防治一本通》为“中医防治一本通”丛书之一。  
本书全面系统地介绍有关便秘的西医知识、中医诊查、治疗要义、代表方剂、临床效方、名医方选、食饮疗法、典型病案等知识。  
全书内容系统全面，方法简单实用，语言通俗易懂。

本书既可供广大医务工作者学习参考，也是便秘患者及家属，家庭卫生保健必备的“家庭医生”。

<<便秘防治一本通>>

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>