

<<胃肠病防治与养生>>

图书基本信息

书名：<<胃肠病防治与养生>>

13位ISBN编号：9787563431656

10位ISBN编号：7563431659

出版时间：2010-11

出版时间：延边大学出版社

作者：金香淑 编

页数：264

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>

<<胃肠病防治与养生>>

前言

现如今，胃疼已成了现代人的“家常便饭”，胃肠疾病成为影响人类健康的重要疾病之一。面对日益加重的工作压力、过度紧张的生活节奏及不健康的生活方式，人们胃肠疾病的患病率呈逐渐上升的趋势。

有资料显示，白领阶层的各种慢性胃肠疾病的发病率高达70%，而早期就诊率却不到15%。这是一个很令人担忧的数字。

因此，防治胃肠病，保养胃肠十分必要。

所谓胃肠疾病，实际上是许多疾病的统称，而现代人所患的胃肠疾病，多以胃炎、胃溃疡、十二指肠溃疡、功能性消化不良等为主，这些疾病与精神过度紧张及不健康的生活方式有直接的关系，如：经常熬夜、饮食不洁不节、过量饮酒、过食辛辣油腻、快餐夜宵等不良习惯，常常导致胃肠不堪重负，从而使胃肠疾病的患病率很高；另外，用药不当而伤及胃肠，也是胃肠疾病的重要诱因之一；还有，现代人生活节奏快，工作压力大，饮食没有规律，极易导致消化道功能失调性胃肠疾病。

俗话说“十人九胃”。

胃肠病是我们每个人都很容易患上的疾病，可以说人一生中，随时都有可能经受胃肠疾病的困扰。

正是这样高的患病率，容易导致人们麻痹大意，从而使病情延误，危害了自身的健康。

殊不知，胃肠疾病不但会引起慢性营养不良性疾病，还可以诱发糖尿病、高脂血症、高血压、肥胖症等内分泌代谢性疾病，并且加重其他慢性、老年性疾病。

从医学角度来分析，胃肠疾病如果得不到及早、正确的诊断和治疗，轻者影响人们的生活质量，重者可导致癌变而危机生命。

胃肠疾病“三分靠治，七分靠养”。

虽然胃肠疾病是一种很常见的多发的疾病，但胃肠疾病也是可以预防的，这就要求我们从日常生活的点滴做起，养成良好的生活习惯，注重养生的理念，积极预防胃肠疾病的发生。

本书在介绍胃肠疾病相关基本知识的同时，对各种胃肠疾病的防治知识，诸如临床表现、中西医防治方法做了详细介绍，重点推荐了适合家庭的中西医疗法、运动疗法、按摩疗法、针灸疗法、饮食疗法、心理疗法等与我们的日常生活息息相关的防治措施，使患者在家中就可以自行进行调治，为广大胃肠疾病患者提供了极大的方便。

<<胃肠病防治与养生>>

内容概要

本书在介绍胃肠疾病相关基本知识的同时，对各种胃肠疾病的防治知识，诸如临床表现、中西医防治方法做了详细介绍，重点推荐了适合家庭的中西医疗法、运动疗法、按摩疗法、针灸疗法、饮食疗法、心理疗法等与我们的日常生活息息相关的防治措施，使患者在家中就可以自行进行调治，为广大胃肠病患者提供了极大的方便。

<<胃肠病防治与养生>>

作者简介

金香淑，延边大学附属医院中西医结合科教授，主任医师，硕士生导师。
从事中西医结合临床工作23年，擅长胃肠疾病的中西医结合治疗，曾发表相关学术论文近30篇，先后主持和参加各级相关科研课题的研究6项。

<<胃肠病防治与养生>>

书籍目录

一、认识胃肠病

- 胃的形态结构与生理功能
- 结肠的形态结构与生理功能
- 中医对胃肠病的认识
- 西医对胃肠病的认识
- 诊断胃肠病的常用检查方法和手段
- 胃镜检查及注意事项
- 胃液分析检查及注意事项
- 钡餐透视检查及注意事项
- 肠上皮化生是怎么回事?
- 不典型增生是怎么回事?
- 胃肠系统的常见症状是什么?
- 常见的胃肠病主要包括哪些?
- 胃肠病的发病特点是什么?
- 不良的生活习惯能引起多种胃肠病
- 不良的生活环境与胃肠病的发生有关
- 季节变化与胃肠病的发生有关
- 药物使用不当也能引起胃肠病
- 怎样选择和服用胃肠病药
- 胃肠病药物的使用技巧
- 怎样预防胃肠病复发?
- 胃肠病危害健康
- 精神愉悦——治胃肠病的一剂良药
- 胃肠也需要经常锻炼
- 听音乐也治胃病
- 中老年人胃肠病的特点
- 慢性胃病会传染吗?
- 伤食引起的胃肠病的特点
- 胃肠保养的方法
- 胃肠病患者饮食自我调理法
- 胃痛及其简便疗法
- 胃胀及其简便疗法
- 胃痉挛及其简便疗法

二、急性胃炎

- 什么是急性胃炎?
- 急性胃炎的发病原因
- 急性胃炎的家庭护理
- 急性胃炎的主要症状
- 急性胃炎分为哪几种类型?
- 急性胃炎胃镜检查的注意事项
- 急性胃炎相关的鉴别诊断
- 医生对各种急性胃炎的治疗
- 急性胃炎的常用药
- 急性胃炎的中医治疗
- 急性胃炎可防可治

<<胃肠病防治与养生>>

怎样预防急性胃炎?

急性胃炎的自我止痛按摩

急性胃炎的饮食调养原则

急性胃炎的简便非药物疗法

急性胃炎的家庭保健食疗方

急性胃炎简便有效的中成药

专家推荐偏方验方

三、慢性胃炎

什么是慢性胃炎?有哪几种类型?

慢性胃炎会出现哪些症状?

慢性胃炎的发病原因

中医对慢性胃炎的认识

慢性胃炎的辅助检查及临床意义

慢性浅表性胃炎的特点

慢性萎缩性胃炎的特点

特殊类型胃炎的特点

各种慢性胃炎的治疗原则及常用药

慢性胃炎的中医治疗

怎样预防慢性胃炎?

慢性萎缩性胃炎能癌变吗?

胆汁反流性胃炎别小视

慢性胃炎的自我按摩方法

慢性胃炎的饮食调养原则

慢性胃炎的饮食宜忌

慢性胃炎的运动养生保健方法

慢性胃炎的气功养生保健

慢性胃炎患者忌情绪不稳

慢性胃炎的简便非药物疗法

慢性胃炎的针灸、按摩与拔罐

慢性胃炎的家庭保健食疗方

慢性胃炎简便有效的常用中成药

专家推荐偏方验方

四、消化性溃疡

什么是消化性溃疡?

胃溃疡和十二指肠溃疡有什么不同?

消化性溃疡的主要临床特点

消化性溃疡的主要病变特点

消化性溃疡分为哪几种类型?

特殊类型的消化性溃疡的临床特点

消化性溃疡的主要发病因素

消化性溃疡的其它诱发因素

消化性溃疡的症状特点及主要体征

消化性溃疡的常见并发症

消化性溃疡诊断的辅助检查

消化性溃疡和其他胃病的鉴别诊断

消化性溃疡的应急对症治疗

消化性溃疡的常规治疗方法

<<胃肠病防治与养生>>

消化性溃疡治疗的常用药物
消化性溃疡的中医辨证论治
如何预防消化性溃疡?
怎样预防消化性溃疡的再次复发?
消化性溃疡患者的日常生活调理
消化性溃疡患者的自我保健方法
消化性溃疡患者的运动疗法
消化性溃疡患者的饮食调养原则
消化性溃疡患者不同时期的饮食调养原则
消化性溃疡患者的饮食宜忌
消化性溃疡患者的饮食误区
消化性溃疡的精神调养方法
消化性溃疡内窥镜介入疗法
消化性溃疡的非药物疗法
消化性溃疡的保健推拿疗法
消化性溃疡的保健气功疗法
消化性溃疡的家庭保健食疗方
消化性溃疡简便有效的中成药
专家推荐偏方验方

.....

- 五、胃下垂
- 六、功能性消化不良
- 七、结肠炎与溃疡性结肠炎
- 八、慢性腹泻
- 九、肠易激综合征

<<胃肠病防治与养生>>

章节摘录

胃的形态结构与生理功能 我们的胃是一个非常重要的组织器官（见图所示），它是一个袋形中空的脏器，大部分在上腹部的中间和左肋下，上接食管，下连肠道，与肝、胆囊、胰等共同组成了人体的消化系统。

食物在口腔内经过咀嚼后，经咽部由食管抵达胃部，与小肠、大肠共同连成一条粗细不等的管道，是食物摄入、消化、排出的重要通道，也称做消化管。

其中胃是消化管中最膨大的部分，从左向右横跨上腹部，大部分位于左肋部，小部分位于上腹部。胃内容量约为1~2升，最大可达3升。

我们通常把胃分为贲门部、胃底、胃体和幽门部这四部分。

胃的形态常常随着人的体型不同而有所不同，正常人多为钩形胃，特殊矮胖体型者多为角形胃，同时胃的形态亦常常随着人的体位、饥饱状态、横膈的运动、腹腔的压力等因素的改变而发生变化。

如：在深吸气时，胃体可下降数厘米；腹压增加时，胃体可向上移；饱食后，胃可充满整个左膈下，甚至推移心脏向上；体虚无力时，胃大弯下移，下缘甚至可进入盆腔而下垂。

在中医学中，胃属于六腑之一，故也称之为胃腑。

把胃腑所居之位置，称为胃脘部。

胃脘部又分为上、中、下三部，胃腑上口为贲门，它与食管下口相通接，此部位称为上脘部；胃腑下口为幽门，与小肠上口相通接，称为下脘部；上脘与下脘之间的胃体部，称为中脘部。

这样，上、中、下三脘合称胃脘。

胃腑的生理功能，主要是对经口腔、食管传输来的食物进行受纳与腐熟。

即水谷饮食入口后，容纳于胃中，故胃也被称之为“水谷之海”。

进入胃的食物，在胃内停留2-5小时以后，与胃液混合，然后开始被胃液消化，最后进入小肠的第一部分，即十二指肠内。

食物经过胃的腐熟、消磨作用，下传于小肠开始吸收。

吸收的精微营养物质，通过脾的运化，内以营养脏腑，外以润泽肌肤毛发，具有濡养五脏六腑、四肢百骸的作用。

所以，中医学把脾胃叫做“后天之本”。

.....

<<胃肠病防治与养生>>

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>