

<<最灵验的疾病自测法>>

图书基本信息

书名：<<最灵验的疾病自测法>>

13位ISBN编号：9787507722185

10位ISBN编号：750772218X

出版时间：2004-4-1

出版时间：学苑出版社

作者：胡玉玲,周荣

页数：284

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>

<<最灵验的疾病自测法>>

内容概要

本书详细介绍了中医学望面色，察手掌，辨舌苔，分脉象，自我诊测病的方法，与此同时，也有重点地介绍了现代医学的一些诊断常识，目的是帮助广大读者学习掌握以中医为主，中西医结合的诊病常识，最终使具有初中以上文化程度的读者在读完本书后，能够通晓自我测病和为他人测病的一般知识与方法，及早发现疾病，从而更好的为家庭自我保健服务。

<<最灵验的疾病自测法>>

书籍目录

上篇 传统诊象自测法 第一章 察头面部诊病法 一、头部 二、面部 三、鼻部 四、口唇部 五、眼部 六、人中部位 七、耳部 八、颈部 第二章 察手形诊病法 一、手的形态诊察法 二、掌纹诊法 三、指象测病法 四、指甲象 第三章 察气象诊病法 一、日象诊病术 二、月象诊病术 三、二十八星宿诊法 四、五行诊法 第四章 察生殖器诊病法 一、男性生殖器 二、女性生殖器 三、男子生殖器病 四、女性生殖器病 第五章 察脉象诊病法 第六章 察舌象诊病法 一、看舌象应该注意的内部 二、如何看舌象 三、舌体的活动情况 四、观察舌苔的颜色 五、观察舌苔的厚薄 六、从舌质与舌苔的变化上观病 七、观舌时必须注意排除其他因素影响 第七章 察腹象诊病法 一、正常腹象 二、诊腹象法则 三、腹部特殊病证 四、腹部的诊察方法 第八章 传统综合观象诊法 一、观胆略法 二、察情绪法 三、望形态法 四、观形气法 五、察声音法 六、视肥瘦法 七、察寿夭生死法 八、占梦法 第九章 全息测象法 第十章 察体质诊病法 第十一章 察时间诊病法 第十二章 全身诊病术部位名称图示 中篇 因人而异的自测法 第一章 健康人状况自测法 第二章 妇女百病自测法 第三章 小儿百病自测法 第四章 中老年百病自测法 第五章 精神心理异常者自测法 下篇 各科凶险病自测法 第一章 癌症自测法 第二章 性病自测法 第三章 痛证自测法 第四章 骨外伤科凶险病自测法 第五章 内科凶险病自测法 第六章 五官科凶险病自测法 附一：各类化验检查单测病法 附二：各种职业病及中毒自测法

<<最灵验的疾病自测法>>

章节摘录

(一) 周期界定 体力周期以23天为一个循环,前11.5天的高潮期内,人体大量付出能量,使人们在精力、体力、对疾病的抵抗能力、肌肉收缩力量,身体各部协同工作的能力,动作速度,以及其他一些基本的身体功能和健康状况等方面,都呈现出良好的体力状态;在体力周期后11.5天的低潮期内,人体处于一种能量再补充、再积累的过程中,人们在上述各方面的机能都处于一种低下状态之中,至少是比高潮期时有所减弱。

情绪周期是一个具有权威性的、强影响力的节律,在情绪周期高潮期时,它能够缓和体力及智力周期处于低潮期或临界期不利影响,情绪周期节律对人们的智力、判断力、创造力和语言表达能力的发挥起着重要的作用,情绪周期以28天为一个循环,在前14天的高潮期内,人们的情绪稳定、积极、乐观,对待问题的态度都是倾向于积极和建设性的,同他人相处融洽和睦,这一时期对于做需要合作或需要创造性的工作是最好的时期,情绪周期的后14天为低潮期,人们上述各方面的能力将有所下降,处于一种低下状态之中。

智力周期以33天为一个循环,在前16.5天的高潮期内,人们大脑思维开阔,记忆力较强,归纳、综合、推理的能力都处于最佳状态,适应外界环境的能力也较强,工作成绩、学习效果最佳,相反在智力周期后16.5天韵低潮期中,人们在上述方面的能力将有不同程度的下降。

然而,实际上人们的各方面处于最差的时候,并不是在生物节律周期的低潮期阶段,而是在临界期,当人们处在临界期时,管理我们生命活动的人体生物节律变得紊乱而不稳定,甚至处在一种暂时性失调的状态之中,其原因是能量的释放和积累过程相互干扰而致,当人们体力周期处于临界期时,由于身体抵抗力下降,意外事故发生的可能性增大,人们容易患各种疾病,易受到各种外来因素的侵袭,当人们情绪周期处于临界期时,情绪烦躁,易被激怒或是心情沮丧,无精打采,心绪不宁,表达能力和判断能力有明显降低,而当智力周期处于临界期时,记忆力出现反常,分析和解决问题的能力降低,工作和学习效果不佳,当人体三个生物周期的临界期或其中两个周期的临界期重合在一起时,人体的状况更差,这个时期被称为“三重危险日”或“双重危险日”,对人体生物节律的应用来说,除了最有效地调动和开发人们在高潮期内的各种潜能,如创造力、学习和工作能力、优生能力等等以外,怎样对临界期活动作出妥善安排,以达到自我保健、预防事故、避免失误的功效,也有极重要作用。

.....

<<最灵验的疾病自测法>>

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>