

<<百病生于气>>

图书基本信息

书名：<<百病生于气>>

13位ISBN编号：9787509147443

10位ISBN编号：7509147441

出版时间：2011-9

出版时间：人民军医

作者：张湖德//马烈光//王铁民

页数：156

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>

## <<百病生于气>>

### 内容概要

人们要尽终其天年、健康与长寿，就必须同疾病作斗争。

张湖德等主编的《百病生于气(治病必先调气)》旨在告知广大读者尽管疾病产生的原因很多，但万变不离其宗，即《黄帝内经》所指出的“百病生于气”，人们在治疗千变万化的疾病时也必须抓住这个根本，才能得心应手，疗效显著。

## <<百病生于气>>

### 作者简介

张湖德，男，中央人民广播电台医学顾问，国际整肤医学会教授，当代著名医学科普作家；兼任香港仲景医药出版社副社长、总编等职。

长期从事《黄帝内经》和中医养生教学工作；曾在30多家出版社出版过170多部著作，其代表著作有《中华养生宝典》《实用美容大全》《&lt;黄帝内经&gt;饮食养生宝典》《&lt;黄帝内经&gt;抗衰老秘诀》《&lt;黄帝内经&gt;补法治疗宝典》《&lt;黄帝内经&gt;通释》等。

在国内100多家报纸和期刊上发表过6000多篇文章，曾有不少报纸为其开过专栏，如《人民日报·海外报》的“中年养生”，《中国食品报》的“保健食品开发”等。

马烈光，男，成都中医药大学教授、研究中心主任，博士研究生导师，四川省中医药学术与技术带头人。

兼任国际药膳食疗学会和中医养生康复学分会等多个学术团体负责人，日本自然疗法协会及东洋学术出版社学术顾问，《美国中华医学杂志》《中文版》第一副总编。

从事《黄帝内经》和中医养生学医、教、研工作30余年，发表论文60余篇，主编出版国家规划教材《养生康复学》《中医养生学》《中医养生保健学》，以及《&lt;黄帝内经&gt;通释》《黄帝内经读本》《黄帝内经·素问》《黄帝内经·灵枢》等学术专著10余部。

王铁民，山东青州人，1988年毕业于山东中医药大学，医学博士，主任医师，现任青岛静安医院院长，著名中国中西医结合肾病专家，世界中医药联合会肾脏病专业委员会常务理事，中国中西医结合学会肾脏病专业委员会委员，中国医院院长大会副理事长，中国中西医结合学会活血化瘀专业委员会委员，青岛市肾脏病专业委员会副主任委员。

## <<百病生于气>>

### 书籍目录

#### 第一讲 气，生命的本源

气

人活着就是一口气

#### 第二讲 气机失调百病生

气虚

补气中药

补气食物

补气方剂

气机失调

气滞

理气导滞常用中药

理气导滞常用食物

常用理气解郁方

气逆

调理气逆常用中药

调理气逆常用食物

调理气逆常用方

气陷

调理气陷常用中药

调理气陷常用方

气闭

调理气闭常用中药

调理气闭常用方

气脱

调理气脱常用中药

调理气脱常用方

#### 第三讲 调理气机治百病

养气调理亚健康

调气治疗肠易激综合征

补气法治疗房室传导阻滞

理气法治疗前列腺炎

补气法治疗产后尿潴留

调气法治疗痢疾

补气法治疗复发性口腔溃疡

益气法治疗疮疡

补气药黄芪配方治疗冠心病与胃病

调气治疗慢性胰腺炎

据“百病生于气”治疗自发性气胸

#### 第四讲 调气法治疗常见病症

疏肝理气法治疗失眠

补气法治疗子肿与腹痛验案

降气法治疗暖气症

疏肝理气法治疗“肝为语”证

益脾气平肝治风痉

升气举陷治血崩

## <<百病生于气>>

疏肝理气治胁痛

梅核气的中医治疗

奔豚气的中医治疗

厥证的中医治疗

第五讲 防病先养气

气的来源

养气要健脾胃——脾胃为气血生化之源

养气宜补肾气——元气藏于肾

补肺益肺——气的吸入有赖于肺

养气的其他方法

第六讲 调理气机顺情志

情志的生理意义

引起情志变动的因素

个体反应的差异

情志刺激的类别与程度

学会调整不良刺激

要“以恬愉为务”

第七讲 起居有常养正气

慎起居，顺四时

戒过劳，防过逸

调饮食，和五味

习吐纳，行导引

慎热药，忌金石

注意大饮可致“气逆”

避免劳则耗气

<<百病生于气>>

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>