

<<黄帝内经治未病宝典>>

图书基本信息

书名：<<黄帝内经治未病宝典>>

13位ISBN编号：9787510008023

10位ISBN编号：7510008026

出版时间：2009-7

出版公司：世界图书出版公司

作者：《黄帝内经治未病宝典》编写组 编

页数：408

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>

<<黄帝内经治未病宝典>>

前言

“治未病”是《黄帝内经》创立与阐发的一个重要思想和理念。

《素问·四气调神大论》明确指出：“是故圣人不治已病治未病，不治已乱治未乱，此之谓也。”

《史记·扁鹊仓公列传》中关于扁鹊与齐桓公的记载是对“治未病”的最好注释。

扁鹊初见齐桓公，认为齐桓公“有疾在腠理，不治将深”，但齐桓公自我感觉良好，认为自己没病而不相信扁鹊的话：过了五天，扁鹊又对齐桓公说：“君有疾在血脉，不治恐深”；又过了五天，扁鹊再次对齐桓公说：“君有疾在肠胃间，不治将深”；每次齐桓公都不相信，最后齐桓公病入骨髓不治而亡。

明代名医张介宾在引述这一故事时感慨地说：“故在圣人则常用意于未病未乱之先，所以灾祸不侵，身命可保。”

今之人多见病势已成，犹然隐讳，及至于不可为，则虽以扁鹊之神，亦云无奈之何……祸始于微，危因于易，能预此者，谓之治未病；不能预此者，谓之治已病。

”指出能明察秋毫、及早预见并阻断病情发展的医生才是最高明的“治未病”医生。

“治未病”的内涵博大精深，以上所述的仅仅是其中一部分。

要而言之，“治未病”至少应当包含有三层涵义，一是指人体在健康无病之时，就要加强养生保健，并注意及时回避病气的侵袭，主动地防止疾病的发生，从而长久地保持健康无病的体质，这是“治未病”的最高境界；第二层涵义是指人体即将要发生疾病之时，处于将病未病之际，类似于现代所称的“亚健康”状态，当此之时，就要及早预见将要发生的疾病，及早采取有效措施以阻止疾病的发生，这是“治未病”的第二等境界；第三层涵义是指疾病已经发生，要及时进行有效治疗，特别要注意预先察知疾病发展的趋向，及早采取措施阻断疾病的深入发展。

这时候的“治未病”主要是指“先安未病之地”，防止疾病发展变化而进一步加重，同时采取措施促使疾病及早康复，使身体尽量恢复？

未病”的状态，这是“治未病”的第三等境界。

由此来看，“治未病”三个字看似简单，但包含了祖国医学丰富的预防学、养生保健学和康复学的思想与理论，这一思想与理念直至二十一世纪的今天仍不失其光辉。

为了阐发《黄帝内经》“治未病”的思想与理论，笔者在组织编纂《黄帝内经养生宝典》的同时，将《黄帝内经》“治未病”的思想及理论进行专门的发掘阐释，编成《黄帝内经治未病宝典》一书。对《黄帝内经》“治未病”的思想与理论及其对后世的影响，进行较全面的介绍，并从现代出发，对常见的十一种急性疾病和三十九种慢性疾病的预防、调养与康复进行了较全面系统的阐释。

本书既可供医务工作者阅读参考，提醒他们不仅仅要重视疾病的治疗，而且要十分关注疾病的预防、调养与康复；同时又可供一般读者阅读，使他们能有针对性地进行保健预防，或自觉地进行调养康复。

对于减少疾病的发生，减少疾病的致残率和致死率，提高人群的健康水平，都是相当有意义的。

本书与《黄帝内经养生宝典》互为补充，互相印证，如能相互参阅，将会有事半功倍之得益。

对《黄帝内经》“治未病”思想与理论，目前还仅仅处于探索阶段，本书作为引玉之砖抛出，十分希望能得到海内外同道的斧正，使之今后能进一步充实完善。

林同仿 乙丑仲夏于广州中医药大学

<<黄帝内经治未病宝典>>

内容概要

为了阐发《黄帝内经》“治未病”的思想与理论，笔者在组织编纂《黄帝内经养生宝典》的同时，将《黄帝内经》“治未病”的思想及理论进行专门的发掘阐释，编成《黄帝内经治未病宝典》一书。对《黄帝内经》“治未病”的思想与理论及其对后世的影响，进行较全面的介绍，并从现代出发，对常见的十一种急性疾病和三十九种慢性疾病的预防、调养与康复进行了较全面系统的阐释。

本书既可供医务工作者阅读参考，提醒他们不仅仅要重视疾病的治疗，而且要十分关注疾病的预防、调养与康复；同时又可供一般读者阅读，使他们能有针对性地进行保健预防，或自觉地进行调养康

。对于减少疾病的发生，减少疾病的致残率和致死率，提高人群的健康水平，都是相当有意义的。

<<黄帝内经治未病宝典>>

作者简介

杜同仿，广州中医药大学研究员，研究生导师，泛珠三角地区（9+2）高等中医药院校合作发展联席会常务秘书长。

从事中医药工作40年，学验俱丰，在各级刊物上发表论文五十多篇，主编或参编著作已公开出版十多部，主持或参与各级科研课题十多项。

他主编的《常见病中西医诊疗与调养系列丛书》（共27册）于2006年荣获中华中医学会首届科普著作二等奖。

<<黄帝内经治未病宝典>>

书籍目录

第一章 “治未病”——先进的防病治病思想

- 一、《黄帝内经》如何看待疾病
- 二、“治未病”：防病比治病更重要
- 三、“治未病”的六大措施
- 四、?代名医对“治未病”的继承和发扬
- 五、“治未病”的健康钥匙在自己手里

第二章 常见急性疾病的预防与调养

- 一、感冒与流行性感
- 二、咽炎与扁桃体炎
- 三、支气管炎
- 四、支气管哮喘
- 五、肺炎
- 六、非典型肺炎
- 七、肺结核
- 八、泌尿系感染
- 九、泌尿系结石
- 十、急性肾小球肾炎
- 十一、中风

第三章 常见?性疾病的预防与调养

- 一、冠心病
- 二、高血压病
- 三、肺源性心脏病
- 四、风湿性心脏病
- 五、心律失常
- 六、心功能不全
- 七、糖尿病
- 八、肥胖症与高脂血症
- 九、慢性胃炎
- 十、消化性溃疡
- 十一、溃疡性结肠炎
- 十二、肝炎
- 十三、脂肪肝
- 十四、肝硬化
- 十五、便秘
- 十六、慢性胆囊炎
- 十七、慢性肾小球肾炎
- 十八、慢性肾功能衰竭
- 十九、贫血
- 二十、甲状腺机能亢进症
- 二十一、风湿性关节炎
- 二十二、类风湿性关节炎
- 二十三、痛风
- 二十四、颈椎病
- 二十五、肩周炎
- 二十六、腰椎骨质增生症

<<黄帝内经治未病宝典>>

- 二十七、骨质疏松症
- 二十八、腰椎间盘突出症
- 二十九、遗精
- 三十、阳痿
- 三十一、慢性前列腺炎
- 三十二、前列腺增生
- 三十三、崩漏
- 三十四、妇女更年期综合征
- 三十五、盆腔炎
- 三十六、阴道炎与宫颈炎
- 三十七、痔疮
- 三十八、老年性痴呆
- 三十九、恶性肿瘤（癌症）

<<黄帝内经治未病宝典>>

章节摘录

版权页：插图：第一章“治未病”——先进的防病治病思想二、“治未病”：防病比治病更重要（一）重视平时保健，尽量防止生病1“治未病”是保健的最高境界。

《素问·四气调神大论》提出，“圣人不治已病治未病，不治已乱治未乱”，“病已成而后药之，乱已成而后治之，譬犹渴而穿井，斗而铸锥”。

是说圣人重视疾病的预防，不让疾病发生或形成；如果已经生病了才去调治，就好像口渴了才去打井，要打仗了才去铸造兵器，为时已晚。

这精辟地阐述了预防为主、防重于治、有病早治的思想。

2 防病保健基本原则。

（1）重视学习。

这里的“学习”，是一个广义的概念，不仅仅指医学保健知识，也包括许多人文社科、自然科学等方面面的文化与知识。

比如，如何安排一日三餐，如何进行适当的体育锻炼，如何享受美妙的大自然，如何处理好各种社会关系，如何提升道德修养从而引领身心的健康等等。

所以，勤于学习，提高我们作为一个“人”的整体素质，必将成为健康的保障之一。

（2）加强防范意识。

在拥有健康时，人们普遍认为这是理所当然的，为健康投资简直就是浪费，不明白健康是一笔无价的财富，于是暴饮暴食、劳逸失度、熬夜、饮酒过度、不疏导不良情绪，从而透支了健康。

也许这样做是为了事业，或者为了谋生，但是当身体垮了，疾病来袭，再多的钱都难换回健康的身体。

显而易见，这种活法是得不偿失的。

<<黄帝内经治未病宝典>>

媒体关注与评论

是故圣人不治已病治未病，不治已乱治未乱，此之谓也。

——《黄帝内经·素问》 上工治未病，不治已病，此之谓也。

——《黄帝内经·灵枢》

<<黄帝内经治未病宝典>>

编辑推荐

《黄帝内经治未病宝典》：无病先防，有备无患，胃病、肝病、肾病、糖尿病、冠心病、颈椎病、高血脂血症、高血压病、前列腺炎、恶性肿瘤……五十种急慢性多发病的防火墙。

掌握“无病一身轻”的神奇密钥，洞察《黄帝内经》“治未病”玄机。

是故圣人不治已病治未病，不治已乱治未乱，此之谓也。

——《黄帝内经·素问》上工治未病，不治已病，此之谓也。

——《黄帝内经·灵枢》

<<黄帝内经治未病宝典>>

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>