

<<远离胃病-非常健康6+1>>

图书基本信息

书名：<<远离胃病-非常健康6+1>>

13位ISBN编号：9787534556791

10位ISBN编号：7534556791

出版时间：2008-1

出版时间：江苏科技

作者：张昌敏

页数：203

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>

<<远离胃病-非常健康6+1>>

内容概要

本书将深入浅出地向读者朋友讲述包括萎缩性胃炎在内的胃炎、胃溃疡、胃癌等各种常见胃病的临床诊断、治疗和预防医学知识，还有与之相关的生活安排、运动康复、家庭护理、营养与配餐等等生活中诸多方面的护胃、养胃保健常识,让您能够从中受益，胃口大开。

<<远离胃病-非常健康6+1>>

书籍目录

第一部分 胃病，您了解多少——胃病的诊断和治疗 一、胃的自白 （一）有用的“酒囊饭袋” （二）打开胃病家族的档案 二、明察秋毫识病灶 （一）胃病常用检查有哪些 （二）胃镜检查。合作好受罪少 （三）不要小瞧胃黏膜活检 （四）胃癌早期有信号 （五）萎缩性胃炎离胃癌到底有多远 三、胃病治疗讲究多 （一）哪些药物会伤害胃 （二）胃痛可不能乱用镇痛药 （三）“心病”缘何用胃药 （四）能口服庆大霉素治疗胃病吗 （五）胃病能够一切了之吗 （六）胃镜治疗，您知多少 四、胃病治疗须用药 （一）常见胃药 （二）常用胃药的正确服药方法 （三）胃病治疗的用药问题

第二部分 胃病重治更重养——日常生活的合理安排 一、三餐保“胃”战 （一）早、晚餐都要吃的重要性 （二）莫让病从口入 （三）胃病的饮食调理 （四）建立优质的饮食习惯 二、如何看待胃的“七分养” （一）中医提倡护养脾胃的好方法 （二）历数伤胃的种种恶习 （三）高盐易致胃炎或胃癌 （四）睡眠与胃病 三、四季养胃皆重要 （一）春季养胃 （二）夏季保胃 （三）秋季护胃 （四）冬季补胃 四、心情好，胃自然好 （一）胃也害怕情绪的“阴天” （二）心情不爽，病上加病 （三）奔事业，可别委屈了胃

第三部分 家是胃温暖的港湾——家庭护理 一、护胃知识要记牢 （一）家中养胃学问多 （二）谈谈老年人的胃护理 二、胃病的自我护理 （一）呵护不周，胃病丛生 （二）胃出血了怎么办 （三）胃切除术后如何护理 （四）慢性胃炎的饮食护理 （五）急性胃炎的饮食护理 （六）如何在家中照顾胃癌病人

第四部分 一粥一饭，当思脾胃健康——营养与配餐 一、想说爱胃不容易 （一）如何提高胃的消化效能 （二）食疗禁忌指导原则 （三）养生药膳黄金法则 （四）巧用膳食护理胃 二、治养结合，事半功倍 （一）慢性胃炎要会吃 （二）慢性胃炎的食疗选方 （三）胃溃疡的饮食疗法 （四）饮食也能调节胃动力 （五）食疗治好了胃下垂 （六）胃癌病人的药膳选用

第五部分 健胃之道不小瞧——运动与康复 一、胃的瑜伽操 二、健胃运动宝典 三、护胃强体健身操 四、体育康复治胃病 （一）胃病的运动疗法 （二）胃下垂的医疗体操 （三）推拿按摩去顽疾 （四）胃痉挛的穴位刺激法

第六部分 运筹帷幄，决胜千里——预防病情恶化和并发症 一、胃病预防当未雨绸缪 （一）急、慢性胃炎病人如何远离并发症 （二）胃溃疡后继有恶魔 （三）胃溃疡病的预防和治疗 （四）要人命的胃穿孔 二、预防胃癌的话题不轻松 （一）要想防癌先管嘴 （二）四类胃病可通往癌变路 （三）警惕“不安分”的胃溃疡 （四）青年人要当心胃癌偷袭 （五）挡住胃癌并发症的脚步 三、当心，胃里也会“长”出石头来

<<远离胃病-非常健康6+1>>

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>