

<<前列腺疾病康复养生>>

图书基本信息

书名：<<前列腺疾病康复养生>>

13位ISBN编号：9787543936331

10位ISBN编号：754393633X

出版时间：2009-1

出版时间：上海科学技术文献出版社

作者：黄欣

页数：230

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>

<<前列腺疾病康复养生>>

前言

随着时代的变迁，疾病谱的改变，许多疾病需要长期治疗，有的甚至需要终身治疗。

在看病打针服药以后，还有个康复的过程。

其间，怎样的养生保健对疾病的康复有利，病人及其家属往往疑惑多多。

一份调查显示，病人从出门到看病大约需要2个小时（路程远的不算）其中大部分时间在等待之中。

在门诊高峰时段，病人接受的门诊时间仅为几分钟，医生只能做到诊断、开药，没有过多时间与病人进行交流。

因为缺乏具体指导，大多数病人处于康复养生保健的盲区，甚至存在许多认识上的“误区”。

临床上，常常有病人问医生：某某食品，我能吃吗？

某某运动，我能参加吗？

而要讲解这些有关疾病康复的相关知识，怎能是一二句话就能解决得了的呢？

人在患病以后，非常渴望知道更多的相关知识，知道的越多，依从性就越好，疾病控制或恢复得也越好。

<<前列腺疾病康复养生>>

内容概要

本书是为介绍有关疾病的康复养生保健知识所编写的。

全书不仅以问答的形式，通俗易懂地解答了病人在疾病康复期间的有关问题，还详细介绍了在心理调适、运动锻炼、饮食宜忌等方面的具体操作方法。

这些方法简单易学，行之有效，并力求病人或其家属可自行操作。

该书可供各大专院校作为教材使用，也可供从事相关工作的人员作为参考用书使用。

<<前列腺疾病康复养生>>

书籍目录

前言 养生保健知识篇 一、什么是前列腺疾病 二、前列腺疾病有哪些临床常见症状 (一) 前列腺炎 (二) 前列腺增生(或称前列腺肥大) (三) 前列腺结石 (四) 前列腺肿瘤 三、前列腺疾病有哪些常见并发症 (一) 前列腺炎有哪些常见并发症 (二) 前列腺增生症有哪些常见并发症 四、前列腺疾病有哪些自我检测方法 五、中医学对前列腺疾病有哪些辩证施治 六、前列腺疾病病人应怎样合理用药 七、前列腺病人为什么要定期检查与随访 八、前列腺疾病康复养生应注意哪些问题 (一) 吸烟与前列腺疾病有何关系 (二) 饮酒与前列腺疾病有何关系 (三) 饮食与前列腺疾病有何关系 (四) 锌与前列腺疾病有何关系 (五) 性生活与前列腺疾病有何关系 (六) 为什么缺少维生素D易患前列腺癌 (七) 前列腺炎康复歌 九、前列腺疾病主要有哪些诊断方法 十、前列腺疾病预防和诊治有哪些误区 (一) 诊断有哪些误区 (二) 治疗有哪些误区 (三) 预防保健有哪些误区 十一、男性前列腺增生病人应怎样进行饮食调理 十二、应怎样正确认识前列腺疾病康复养生保健篇 一、心理养生疗法 (一) 前列腺病人为什么要加强自我心理调节 (二) 前列腺病人应怎样进行自我心理调节 (三) 加强自我心理调节需注意哪些问题 二、运动养生疗法 (一) 前列腺病人应怎样掌握适量运动 (二) 前列腺病人应怎样设定适量运动的最佳负荷 (三) 前列腺病人应怎样选择运动锻炼的最佳时段 (四) 运动养生为何要讲因时、因人制宜 (五) 前列腺病人运动后有哪“七不宜” (六) 传统的运动养生保健方法有哪些原则 (七) 前列腺疾病的运动养生疗法 三、中医养生疗法 (一) 前列腺疾病有哪些针灸治疗法 1. 针灸治疗方法之一 2. 针灸治疗方法之二 3. 火针疗法 4. 穴位激光照射 5. 穴位注射 6. 艾灸 7. 前列腺增生的针灸综合法 8. 艾灸疗法 9. 隔姜灸疗法 10. 穴位敷贴法之一 11. 穴位敷贴法之二 12. 穴位敷贴法之三(前列腺增生) 13. 耳穴电针 14. 耳穴疗法 (二) 前列腺疾病有哪些推拿治疗法 1. 推拿治疗法 2. 自我按摩疗法 3. 自我指压疗法 4. 自我推拿(按摩)保健养生法 (三) 前列腺疾病有哪些外治法 1. 敷贴疗法 2. 敷脐疗法 3. 熏洗疗法 4. 熨法 5. 鼻黏膜刺激法 (四) 前列腺疾病有哪些灌肠疗法 (五) 前列腺疾病有哪些坐浴疗法 单方成药效验篇 一、前列腺疾病有哪些效验中成药 (一) 治疗前列腺炎的中成药 (二) 治疗前列腺增生的中成药 二、前列腺疾病有哪些效验单方 (一) 慢性前列腺炎 (二) 前列腺痛 (三) 前列腺增生 (四) 前列腺癌 三、饮食养生疗法 (一) 为什么说“医食同源”、“药食同功” (二) 药食同功的食物有哪些 (三) 什么是前列腺疾病的合理饮食结构药膳食疗经验方篇 菜肴 汤羹 饭粥 点心 茶饮 参考文献

<<前列腺疾病康复养生>>

章节摘录

通常所说的前列腺疾病是指前列腺腺体发生炎症、结核、增生以及癌变，其中以炎症和增生为多见。前列腺炎多见于青中年男性，而老年男性以前列腺增生为主。

年过40的男性，如身体出现会阴部、外阴部、火腿根部等处隐痛不适，小便时出现尿频、尿急、尿不畅或不尽等排尿障碍，尤其在排尿终末或排便时，在尿道口有乳白色分泌物滴出等症状时，说明前列腺可能已经发生了病变。

一旦得了前列腺疾病，应及时去医院就诊治疗，同时立即改变自己的不良生活习惯或生活方式，因为前列腺疾病正成为影响男性健康最可怕的隐藏杀手。

前列腺外形像栗子，重20克左右。

它位于人体的真性骨盆内耻骨联合的下缘，耻骨弓之后、直肠壶腹之前。

从外形看像个圆锥体，上与膀胱颈相接，下至尿生殖膈，包绕在男性尿道的起始部，其1/3在尿道之前，2/3在尿道之后，可分为前、后以及下侧面。

左右两侧叶之间有一凹陷，称为（前列腺沟）中间沟。

<<前列腺疾病康复养生>>

编辑推荐

《前列腺疾病康复养生》由上海科学技术文献出版社出版。

<<前列腺疾病康复养生>>

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>