

<<肠保健与肠病康复>>

图书基本信息

书名：<<肠保健与肠病康复>>

13位ISBN编号：9787560544366

10位ISBN编号：7560544363

出版时间：2012-10

出版时间：西安交通大学出版社

作者：张昌敏

页数：157

字数：115000

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>

<<肠保健与肠病康复>>

内容概要

张昌敬编著的《肠保健与肠病康复》介绍了肠作为重要消化器官与人体健康的关系，重点讲解了一些常见肠病的诊断和检查要点、治疗方法、预防措施、家庭护理、心理护理、饮食调养及康复锻炼等。《肠保健与肠病康复》内容科学实用，适合广大读者和病友阅读，亦可供临床一线医护人员对患者及其家人实施健康教育时参考。

<<肠保健与肠病康复>>

作者简介

张昌敬，医龄20年。
现任武汉市同仁医院（武汉市第三医院）消化内科副主任医师。
现为中华医学会湖北省消化内镜学会会员、武汉市医学影像学会会员。
中国科普作家协会湖北省分会会员，湖北省科普作家协会医学科普创作专业委员会创作组成员。
湖北省科协医学科普宣讲团宣讲员。
迄今已发表学术论文29篇，在杂志、报刊上发表医学科普文章百余篇，编著出版医学科普书籍10部，多次获奖。

<<肠保健与肠病康复>>

书籍目录

一、聊肠护肠关系健康

肠的自白——我的组成

肠的自白——我的作用

神奇的肠微生物世界

测测自己的肠龄

宿便的危害

惨痛的肠病教训

不容忽视的肠保健知识

二、防御肠炎切莫拖延

趁虚而入的直肠炎

结肠炎从何而来

让肠炎现形的七种“兵器”

直肠炎的综合疗法效果佳

结肠炎的八治法

肠炎的中药灌肠疗法

慢性结肠炎食疗方

炎症性肠病多缠绵

慧眼识别溃疡性结肠炎

治疗溃疡性结肠炎常用的西药

溃疡性结肠炎的中医辨证施治方

溃疡性结肠炎膳食原则和食谱

查克罗恩病争取先知先觉

克罗恩病治疗讲究多

克罗恩病的饮食调配和药膳选方

气功疗法康复肠炎

三、胃肠感冒静养重要

冷不丁遭遇的胃肠型感冒

胃肠型感冒的治疗原则

胃肠型感冒的静养康复法

四、息肉凸现妙法应变

冒昧而来的息肉

让肉疙瘩无处遁形的检查方法

妙法摘除肠息肉

拒“客”之道有讲究

多吃碱性食物可预防肠息肉

五、癌魔逞凶医有神通

肠癌危险度自我测验

留意肠癌的报警信号

肠癌不是老年人的专利

火眼金睛癌踪细辨

肛诊查癌简单有效

查大便与血也能发现肠癌

结肠癌根除要迫不及待

综合治疗可对抗直肠癌

中药抗癌显锋芒

<<肠保健与肠病康复>>

- 癌症性格要不得
- 肠癌手术患者的心理护理
- 肠癌的心理自疗法
- 药食携手胜癌魔
- 肠癌患者能运动吗
- 肠癌患者的健身康复法
- 六、告别肠痨治养重要
 - 肠结核知识要知晓
 - 五招认清肠结核
 - 征服肠结核的西医手段
 - 肠结核的中医药疗法
 - 肠结核食疗方和不宜食用的食物
- 七、都市肠病康复调心
 - “时髦”的都市肠病——肠易激综合征
 - 都市肠病三步可锁定
 - 肠易激综合征的分型治疗
 - 肠易激综合征的中医辨证施治
 - 肠易激综合征的饮食原则
 - 肠易激综合征的食疗验方
 - 肠易激综合征预防两步走
- 八、盲目清肠黑变病访
 - 结肠黑变病离肠癌有点近
 - 结肠黑变病的检查方法
 - 四把“扫帚”扫除结肠黑变病
 - 结肠黑变病的饮食康复法
- 九、防治便秘切莫大意
 - 不良生活习惯是便秘的主因
 - 便秘查因环环留意
 - 告别便秘有三法
 - 便秘食疗选方荟萃
- 十、久坐久站痔疮来犯
 - 痔疮是人类的“专利”
 - 痔疮摸底千方百计
 - 痔疾斩草要除根
 - 痔不同不同治
 - 痔疮防治高招盘点
 - 入厕重小节痔疮永告别
 - 美食佳肴消痔疮
 - 预防痔疮是上策
 - 常撮谷道防痔疮
- 十一、腹泻多因辨析分明
 - 腹泻并不是一种独立的疾病
 - 腹泻检查要细心
 - 腹泻急性期的注意事项
 - 腹泻的西医用药与中医推拿疗法
 - 腹泻的家庭护理要诀
 - 腹泻的食疗调养方

<<肠保健与肠病康复>>

十二、畅达心绪肠安无虑

多愁善感的腹脑
别惹肠子闹“情绪”
心情不好肠子遭殃
抑郁表现自测题
拥有好心情的十种方法
生活实用减压法

十三、起居有序肠安无忧

肠道功能自测题
坏习惯毁掉了肠健康
肠病也会足下生
肠保平安
肠好离不开睡眠好
为什么说皮肤是肠道健康的晴雨表
不容忽视的“求救信号”
念好“肠道保健经”

十四、药膳佳品为肠减龄

呵护肠道饮食指南
夸夸肠内“清道夫”
饮食好习惯焕发肠道活力
健体固肠食方精选
肠喜爱的保健佳品
肠病者慎用的食物

十五、运动健肠捍卫健康

健肠运动法
锻炼肠蠕动的九种好方法
小运动带来肠健康
好肠胃离不开健肠操

<<肠保健与肠病康复>>

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>