

<<胃肠病防治与养生>>

图书基本信息

书名：<<胃肠病防治与养生>>

13位ISBN编号：9787563431656

10位ISBN编号：7563431659

出版时间：2010-11

出版时间：延边大学出版社

作者：金香淑 编

页数：264

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>

## <<胃肠病防治与养生>>

### 前言

现如今，胃疼已成了现代人的“家常便饭”，胃肠疾病成为影响人类健康的重要疾病之一。面对日益加重的工作压力、过度紧张的生活节奏及不健康的生活方式，人们胃肠疾病的患病率呈逐渐上升的趋势。

有资料显示，白领阶层的各种慢性胃肠疾病的发病率高达70%，而早期就诊率却不到15%。这是一个很令人担忧的数字。

因此，防治胃肠病，保养胃肠十分必要。

所谓胃肠疾病，实际上是许多疾病的统称，而现代人所患的胃肠疾病，多以胃炎、胃溃疡、十二指肠溃疡、功能性消化不良等为主，这些疾病与精神过度紧张及不健康的生活方式有直接的关系，如：经常熬夜、饮食不洁不节、过量饮酒、过食辛辣油腻、快餐夜宵等不良习惯，常常导致胃肠不堪重负，从而使胃肠疾病的患病率很高；另外，用药不当而伤及胃肠，也是胃肠疾病的重要诱因之一；还有，现代人生活节奏快，工作压力大，饮食没有规律，极易导致消化道功能失调性胃肠疾病。

俗话说“十人九胃”。

胃肠病是我们每个人都很容易患上的疾病，可以说人一生中，随时都有可能经受胃肠疾病的困扰。

正是这样高的患病率，容易导致人们麻痹大意，从而使病情延误，危害了自身的健康。

殊不知，胃肠疾病不但会引起慢性营养不良性疾病，还可以诱发糖尿病、高脂血症、高血压、肥胖症等内分泌代谢性疾病，并且加重其他慢性、老年性疾病。

从医学角度来分析，胃肠疾病如果得不到及早、正确的诊断和治疗，轻者影响人们的生活质量，重者可导致癌变而危及生命。

胃肠疾病“三分靠治，七分靠养”。

虽然胃肠疾病是一种很常见的多发的疾病，但胃肠疾病也是可以预防的，这就要求我们从日常生活的点滴做起，养成良好的生活习惯，注重养生的理念，积极预防胃肠疾病的发生。

本书在介绍胃肠疾病相关基本知识的同时，对各种胃肠疾病的防治知识，诸如临床表现、中西医防治方法做了详细介绍，重点推荐了适合家庭的中西医疗法、运动疗法、按摩疗法、针灸疗法、饮食疗法、心理疗法等与我们的日常生活息息相关的防治措施，使患者在家中就可以自行进行调治，为广大胃肠疾病患者提供了极大的方便。

## <<胃肠病防治与养生>>

### 内容概要

本书在介绍胃肠疾病相关基本知识的同时，对各种胃肠疾病的防治知识，诸如临床表现、中西医防治方法做了详细介绍，重点推荐了适合家庭的中西医疗法、运动疗法、按摩疗法、针灸疗法、饮食疗法、心理疗法等与我们的日常生活息息相关的防治措施，使患者在家中就可以自行进行调治，为广大胃肠疾病患者提供了极大的方便。

<<胃肠病防治与养生>>

作者简介

金香淑，延边大学附属医院中西医结合科教授，主任医师，硕士生导师。  
从事中西医结合临床工作23年，擅长胃肠疾病的中西医结合治疗，曾发表相关学术论文近30篇，先后主持和参加各级相关科研课题的研究6项。

## <<胃肠病防治与养生>>

### 书籍目录

#### 一、认识胃肠病

- 胃的形态结构与生理功能
- 结肠的形态结构与生理功能
- 中医对胃肠病的认识
- 西医对胃肠病的认识
- 诊断胃肠病的常用检查方法和手段
- 胃镜检查及注意事项
- 胃液分析检查及注意事项
- 钡餐透视检查及注意事项
- 肠上皮化生是怎么回事?
- 不典型增生是怎么回事?
- 胃肠系统的常见症状是什么?
- 常见的胃肠病主要包括哪些?
- 胃肠病的发病特点是什么?
- 不良的生活习惯能引起多种胃肠病
- 不良的生活环境与胃肠病的发生有关
- 季节变化与胃肠病的发生有关
- 药物使用不当也能引起胃肠病
- 怎样选择和服用胃肠病药
- 胃肠病药物的使用技巧
- 怎样预防胃肠病复发?
- 胃肠病危害健康
- 精神愉悦——治胃肠病的一剂良药
- 胃肠也需要经常锻炼
- 听音乐也治胃病
- 中老年人胃肠病的特点
- 慢性胃病会传染吗?
- 伤食引起的胃肠病的特点
- 胃肠保养的方法
- 胃肠病患者饮食自我调理法
- 胃痛及其简便疗法
- 胃胀及其简便疗法
- 胃痉挛及其简便疗法

#### 二、急性胃炎

- 什么是急性胃炎?
- 急性胃炎的发病原因
- 急性胃炎的家庭护理
- 急性胃炎的主要症状
- 急性胃炎分为哪几种类型?
- 急性胃炎胃镜检查的注意事项
- 急性胃炎相关的鉴别诊断
- 医生对各种急性胃炎的治疗
- 急性胃炎的常用药
- 急性胃炎的中医治疗
- 急性胃炎可防可治

## <<胃肠病防治与养生>>

怎样预防急性胃炎?

急性胃炎的自我止痛按摩

急性胃炎的饮食调养原则

急性胃炎的简便非药物疗法

急性胃炎的家庭保健食疗方

急性胃炎简便有效的中成药

专家推荐偏方验方

### 三、慢性胃炎

什么是慢性胃炎?有哪几种类型?

慢性胃炎会出现哪些症状?

慢性胃炎的发病原因

中医对慢性胃炎的认识

慢性胃炎的辅助检查及临床意义

慢性浅表性胃炎的特点

慢性萎缩性胃炎的特点

特殊类型胃炎的特点

各种慢性胃炎的治疗原则及常用药

慢性胃炎的中医治疗

怎样预防慢性胃炎?

慢性萎缩性胃炎能癌变吗?

胆汁反流性胃炎别小视

慢性胃炎的自我按摩方法

慢性胃炎的饮食调养原则

慢性胃炎的饮食宜忌

慢性胃炎的运动养生保健方法

慢性胃炎的气功养生保健

慢性胃炎患者忌情绪不稳

慢性胃炎的简便非药物疗法

慢性胃炎的针灸、按摩与拔罐

慢性胃炎的家庭保健食疗方

慢性胃炎简便有效的常用中成药

专家推荐偏方验方

### 四、消化性溃疡

什么是消化性溃疡?

胃溃疡和十二指肠溃疡有什么不同?

消化性溃疡的主要临床特点

消化性溃疡的主要病变特点

消化性溃疡分为哪几种类型?

特殊类型的消化性溃疡的临床特点

消化性溃疡的主要发病因素

消化性溃疡的其它诱发因素

消化性溃疡的症状特点及主要体征

消化性溃疡的常见并发症

消化性溃疡诊断的辅助检查

消化性溃疡和其他胃病的鉴别诊断

消化性溃疡的应急对症治疗

消化性溃疡的常规治疗方法

## <<胃肠病防治与养生>>

消化性溃疡治疗的常用药物  
消化性溃疡的中医辨证论治  
如何预防消化性溃疡?  
怎样预防消化性溃疡的再次复发?  
消化性溃疡患者的日常生活调理  
消化性溃疡患者的自我保健方法  
消化性溃疡患者的运动疗法  
消化性溃疡患者的饮食调养原则  
消化性溃疡患者不同时期的饮食调养原则  
消化性溃疡患者的饮食宜忌  
消化性溃疡患者的饮食误区  
消化性溃疡的精神调养方法  
消化性溃疡内窥镜介入疗法  
消化性溃疡的非药物疗法  
消化性溃疡的保健推拿疗法  
消化性溃疡的保健气功疗法  
消化性溃疡的家庭保健食疗方  
消化性溃疡简便有效的中成药  
专家推荐偏方验方

.....

- 五、胃下垂
- 六、功能性消化不良
- 七、结肠炎与溃疡性结肠炎
- 八、慢性腹泻
- 九、肠易激综合征

## &lt;&lt;胃肠病防治与养生&gt;&gt;

## 章节摘录

**胃的形态结构与生理功能** 我们的胃是一个非常重要的组织器官（见图所示），它是一个袋形中空的脏器，大部分在上腹部的中间和左肋下，上接食管，下连肠道，与肝、胆囊、胰等共同组成了人体的消化系统。

食物在口腔内经过咀嚼后，经咽部由食管抵达胃部，与小肠、大肠共同连成一条粗细不等的管道，是食物摄入、消化、排出的重要通道，也称做消化管。

其中胃是消化管中最膨大的部分，从左向右横跨上腹部，大部分位于左肋部，小部分位于上腹部。胃内容量约为1~2升，最大可达3升。

我们通常把胃分为贲门部、胃底、胃体和幽门部这四部分。

胃的形态常常随着人的体型不同而有所不同，正常人多为钩形胃，特殊矮胖体型者多为角形胃，同时胃的形态亦常常随着人的体位、饥饱状态、横膈的运动、腹腔的压力等因素的改变而发生变化。

如：在深吸气时，胃体可下降数厘米；腹压增加时，胃体可向上移；饱食后，胃可充满整个左膈下，甚至推移心脏向上；体虚无力时，胃大弯下移，下缘甚至可进入盆腔而下垂。

在中医学中，胃属于六腑之一，故也称之为胃腑。

把胃腑所居之位置，称为胃脘部。

胃脘部又分为上、中、下三部，胃腑上口为贲门，它与食管下口相通接，此部位称为上脘部；胃腑下口为幽门，与小肠上口相通接，称为下脘部；上脘与下脘之间的胃体部，称为中脘部。

这样，上、中、下三脘合称胃脘。

胃腑的生理功能，主要是对经口腔、食管传输来的食物进行受纳与腐熟。

即水谷饮食入口后，容纳于胃中，故胃也被称之为“水谷之海”。

进入胃的食物，在胃内停留2-5小时以后，与胃液混合，然后开始被胃液消化，最后进入小肠的第一部分，即十二指肠内。

食物经过胃的腐熟、消磨作用，下传于小肠开始吸收。

吸收的精微营养物质，通过脾的运化，内以营养脏腑，外以润泽肌肤毛发，具有濡养五脏六腑、四肢百骸的作用。

所以，中医学把脾胃叫做“后天之本”。

.....



<<胃肠病防治与养生>>

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>