

<<百科大讲堂>>

图书基本信息

书名：<<百科大讲堂>>

13位ISBN编号：9787806968277

10位ISBN编号：780696827X

出版时间：1970-1

出版时间：天津古籍出版社

作者：刘昌艺

页数：201

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>

前言

早在远古时代，我们的祖先为了生存和繁衍，在猎取食物的过程中，在同自然灾害、猛兽、疾病作斗争的过程中，已经开始了医疗和保健活动。

例如，人们在寻找和识别食物时，常常会误食一些有毒的植物或动物，但人们同时又惊奇地发现：在毒性反应过后，某些病痛却奇迹般地消失了。

动、植物的药用价值也由此而被人们重视起来，神农尝百草的传说也正是由此而来。

后来，在使用石器的过程中，人们又逐步发明用石针来治病，这便是所谓的砭石，针灸疗法即是由此发展演变而来的。

殷商时期，农业、手工业的生产有了显著的发展，青铜器的广泛应用，促使发明了银针、金针等医疗工具，针灸疗法也就逐渐走向了成熟。

中国传统的中医学便随着人类文明的发展而日臻完善，至今，中国的中医学已有数千年的历史，它有着独特的理论体系，在医疗技术方面，除了药物治疗外，尚有针灸、气功、推拿、耳针等特殊疗法。

其丰富的理论知识和宝贵的临床经验，早已成为中华民族灿烂文化的重要组成部分。

我国对传统的中医学从来都重视倍加，在世界医学发展迅速的今天，仍不懈地坚持“中医学和现代医学处于同等地位”的政策。

在日本、韩国等亚洲国家，中医学也向来备受青睐，即使在欧、美各国，也已逐步认识到了中国传统医学的重要性，采取“主流医学（现代医学）与替代医学（传统医学）互补性综合”的政策，实行中西医结合优势互补，这也正是当前世界医学界的潮流。

中医儿科学是中医学的重要组成部分之一，对儿童的保健调护、预防治疗有着非常丰富的经验。

今天，它不仅在鞠养、保育儿童方面仍具特色，尤其在诊疗医技方面更具有很大的优势，对某些急症，如高热、哮喘等；对某些病毒性疾患，如病毒性肺炎、病毒性心肌炎等；对脾胃疾患，如呕吐、泄泻、厌食症、胃脘痛等；对自身免疫性病患，如重症肌无力、肾病综合征以及某些过敏性疾患，如紫癜等；对神经功能性疾患，如抽动一秽语综合征等，均有着较好的疗效，且毒副作用较小，深受广大家长的信赖和欢迎。

有鉴于此，我们特别编写了本书，从中医的角度详细阐述了疾病预防与保健等问题，期望能够以此为广大读者的健康尽一份绵薄之力。

内容概要

今天，它不仅在鞠养、保育儿童方面仍具特色，尤其在诊疗医技方面更具有很大的优势，对某些急症，如高热、哮喘等；对某些病毒性疾患，如病毒性肺炎、病毒性心肌炎等；对脾胃疾患，如呕吐、泄泻、厌食症、胃脘痛等；对自身免疫性病患，如重症肌无力、肾病综合征以及某些过敏性疾患，如紫癜等；对神经功能性疾患，如抽动一秽语综合征等，均有着较好的疗效，且毒副作用较小，深受广大家长的信赖和欢迎。

书籍目录

第1章 儿童生长发育与保育 儿童生长发育与保育年龄分期生长发育的主要指标 保育知识 护理知识 预防知识 病理及诊疗特点 第2章 四季保健 春季的保健 春季常见病的防治 麻疹、水痘、风疹、猩红热、腮腺炎、百日咳、哮喘、乳蛾 夏季的保健 夏季常见病的防治 中暑、疟疾、暑邪感冒、流行性乙型脑炎、泄泻、细菌性痢疾、儿童肝炎、手足口综合征 秋季的保健 秋季常见病的防治 白喉、秋燥、厌食症、口疮、牙痛 冬季的保健 冬季常见病的防治 肺炎、病毒性心肌炎、急性肾炎、流感、流行性出血热、风湿热 第3章 远离儿童重症及其他疾病 癫痫 “儿童多动综合征 抽动-秽语综合征 重症肌无力 进行性肌营养不良 儿童糖尿病 遗尿 第4章 健康生活造就健康体魄 儿童饮食起居 儿童食补 浅谈蔬菜与水果 饮食用药禁忌 培养健康心理 附录 儿童常用中成药 儿童中药煎服法

章节摘录

春季是万物复苏的季节，到处呈现出一片生气蓬勃的景象……草木生枝长叶，万物欣欣向荣。这时在经过冬天寒冷干燥的历练后，我们迎来了早春三月，温柔的阳光、盛开的花朵……这一切都令我们欣喜不已，忘情地去感受春天。

但春季天气变化不定，病菌、细菌繁殖旺盛，一不小心各种疾病也随之而来。因此，春季保健十分重要了。

春季的衣食住行 衣 早春气候乍暖乍寒，尤其气候变化多端，时有倒春寒，温差较大。因此，一定要注意随时增减衣物。

俗话说“春捂秋冻”是有一定道理的。也就是说，春天宁可多穿几天厚衣服，也不要急于脱冬装。

另外一点，春天着装既要宽松舒展，又要柔软保暖。由于寒多自下而起，传统养生主张春时衣着要“下厚上薄”。孩子出汗后要及时拭干，有条件的及时更换衣服，以免伤风。

食 春天可吃些葱、姜、蒜、韭菜，可祛阴寒而助阳气升发，其中所含的有效成分还具有杀菌防病的功效。

中医认为，人与大自然是相应的，是一个整体。

在一年四季中，春季应于肝，所以春天重在养肝。因为春天人体肝气易亢，肝旺则伤脾。

因此，唐代药王孙思邈曾说：“春日宜省酸增甘，以养脾气。”可适量吃些大枣、蜂蜜之类滋补脾胃的食物。

还要多吃蔬菜，如芹菜、菠菜、白菜、油菜、莴笋、绿豆芽、蒜苗、韭菜等；多吃水果，如草莓、青梅、杏、酸枣、橙子、猕猴桃等，以补充维生素、无机盐及微量元素。

晚春气温逐渐升高，饮食应注意清淡，不宜进食羊肉、狗肉、麻辣火锅及辣椒、花椒、巧克力、羊肉串、烧烤类食品，以防大辛大热之品，造成体内积热，邪热化火，导致疮疡疖肿等疾病。

住 春天气候逐渐升高，皮肤血管扩张，而大脑血液相对减少，人难免有“春困”的现象。要注意让孩子早睡早起，勤开窗透气，每天可开窗两次，每次15~20分钟。

要多眺望绿色植物。

有条件的家庭可以在冬去春来之时，在庭院或阳台上种些花卉，摆些盆景，使居室披绿，既美化环境又可促进健康。

行 春回大地，阳光和煦，暖风轻拂，空气清新，枝条吐绿……在春光明媚的大好时节，应多到户外活动，投向大自然的怀抱。

家长可利用节假日带孩子出去郊游、踏青、赏花，多走路、多运动，接受日光浴、空气浴，在花的世界和绿色的海洋中陶冶情操，修身养性，以助青少年茁壮成长。

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>