

前 言

在日常生活当中，人们离不开医学。一部人类文明史的记载，表明医学来源于生活。人类遭逢的疾病与伤残问题，全靠人类千百年来不懈的努力与实践才得以逐渐解决或只是稍稍有所了解。正如《淮南子·修务训》所说：

“神农……尝百草之滋味，水泉之甘苦，令民知所避就。”就是一个很好的例子。我们生活于自然和社会之中，每天的生活、劳动，喜、怒、哀、乐，都离不开自然，离不开社会，也离不开医学。身体健康的好坏，躯体的生长、衰老，寿命的长短，生活质量的高低，都与医学息息相关。为了让我们自己生活好，精神好，身体好，衣食住行好，在日常生活当中应该关心医学，关心自己。

《中医教授谈养生治病》一书，是著作者行医 30 多年来部分临床经验与体会的总结。本着关心他人、关心自己、关心生活、关心健康的宗旨书写成册。在书中介绍一些生活中的医学知识，让人们懂得及了解生活中一些常见疾病病症及治疗方法，更好地进行疾病的防与治。

著 者



目 录

腰肾病 / 1

中医的“肾”与饮食养生 / 3

肾虚如何补 / 4

令人苦恼的腰腿痛

——谈中医肾虚痹症的治疗 / 6

偏方治好开车族的腰 / 8

“猪腰煲杜仲”治不好的腰痛 / 10

前列腺炎的中医食疗 / 11

“早泄”与“阳痿”的中医治疗 / 14

益肾疏肝治疗性淡漠 / 17

小便涩痛请用六一散 / 21

胃肠病 / 23

功能性消化不良的中医治疗 / 25

消化性溃疡的药疗与食疗 / 26

慢性胃炎的辨证治疗 / 29

慢性胃炎食中治 / 33

秋冬适宜防胃痛 / 36

狗肉治胃痛 / 39

胃痛慎服去湿茶 / 41

靛汤一碗止胃痛 / 43

中医防治冬寒胃痛 / 45



- 在吃喝中减肥 / 91
- 小儿长高有食疗 / 93
- 小儿喝凉茶的利弊 / 96
- 小儿秋季腹泻的中医调理 / 98
- 小儿夜间频频盗汗怎么办 / 101
- 肺炎后，小儿康复有食疗 / 103
- 夏季，谨防小儿暑热证 / 105
- 夏日炎炎，须防“暑疖” / 108

老年病·高血压 / 111

- 老年性眩晕从肾论治 / 113
- 老年高血压病的中医药治理 117
- 补药能治高血压 / 120
- 头晕不可乱用补药 / 122
- 益五脏、补虚损防治老年病 / 124
- 中风病人能服人参吗 / 129
- 手脚麻木，小心中风先兆 / 131

口疮口臭 / 133

- 清热消滞治口臭 / 135
- 健脾益气治口疮 / 139
- 药食并上疗口疮 / 141
- 口味知病谈治疗 / 144



妇女病 / 147

女人气血亏虚的食疗 / 149

经后易感冒，用药膳预防 / 152

月经不正常怎么办 / 154

痛经宜审因论治 / 156

黑眼圈怎么办 / 157

补肝肾治“飞蚊” / 160

其他病症 / 163

补肾益肺治“鼻敏感” / 165

滋阴清热治盗汗 / 167

他们应选何种成药 / 170

补中益气退低热 / 172

远在他乡，须防“水土不服” / 175

火锅火锅，小心火上加“火” / 178

出汗异常谈辨证 / 180

咽炎多夹瘀，治疗要辨别 / 182

低热的中药治疗 / 186

头痛的辨治 / 189

头痛辨治续闻 / 191

阴阳平，一觉到天明 / 194

“世界杯”与“凉茶杯” / 197

中医药如何治疗白癜风 / 199

查看完整版

付费下载



【百万古籍库】

<https://www.fozhu920.com/list/>

【易】【医】【道】【武】【文】【奇】【画】【书】

1000000+ 高清古书籍

打包下载





【风水】风水命理资料合集_9500 本

阴宅阳宅、风水堪舆、八字命理、手相面相、符咒卦象、奇门遁甲、紫微斗数.....



【中医】中华传统医学资料大全_15000 本

针灸、推拿、正骨术、汉医、苗医、民间秘方偏方、药洒药方、祖传医术、珍本...



【道术】道家法术\茅山术\符咒术\气术_3000 套

修真秘籍、丹道、道家秘术、胎息功、内丹术、茅山法术、道家符咒、巫术、...



【武术】传统武术与现代搏击术_6200 册

少林、武当、太极拳、形意拳、八极拳、咏春拳、气功、散打、格斗、拳击、...



【集藏】经史子集库_13300 卷

【经史子集】楚辞、汉赋、诗集、词集、宝卷、正史、编年、别史、纪事本末、地理志...



【国画】传世名画 _ 6100 卷

唐、金、辽、宋、元、明、清 800 多位画家近 6000 多幅传世...



【县志】方志\地方县志\乡志\地理志_8100 册

府志、区志、乡志、地理志..... 此合集为全国范围地方县志\府志古籍影印电子版，...



【国学】中华古籍库—32 万册古籍书

32 万册《中华古籍库》【32 万册影印古籍 + 20 多亿字，带检索器和阅读工具】包括各地方志、日本内...

【更多】 >> <https://www.fozhu920.com/list/>