

# 《保健妙方自己配》

## 图书基本信息

书名：《保健妙方自己配》

13位ISBN编号：9787117119702

10位ISBN编号：7117119705

出版时间：2009-7-1

出版社：人民卫生出版社

页数：213

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《保健妙方自己配》

## 前言

近年来，我国经济快速发展，人们物质生活、文化生活水平大幅度提高，自我保健意识迅速增强，人们迫切需要更多的医疗、保健、养生知识，对医疗、保健、养生的期望越来越高。但是到医院、药店或商场购买这些产品的费用，常使大家望而却步，许多产品是普通民众消费不起的。人们多愿选用一些小配方来满足医疗、保健、养生的需求，以消除或减轻自己的病痛，走出亚健康。但医疗、保健、养生制品具有其特殊性，需要一定的医疗、保健专业知识，而深入浅出、通俗易懂地介绍医疗、保健、养生制品知识和调配制作方法的书籍几乎没有。满足广大群众降低医疗、保健、养生成本的需求，正是本书的宗旨。本书将帮助读者掌握一些必要的医疗、保健、养生制品的调配制作知识和常用剂型的家庭调配制作方法，并精选了部分能够在家自己配制的医疗、保健、养生保健妙方，力求能使读者在家中自己配制一些简单、常用的医疗、保健、养生制品。本书介绍的家庭自己配剂型有汤剂、合剂、口服液、散剂、酒剂、酊剂、水丸、蜜丸、糖浆剂、煎膏剂、颗粒剂、胶囊剂、软膏剂、栓剂、茶剂、鼻用制剂，洗剂、搽剂、锭剂，共19种。介绍的保健妙方有活血化瘀血管软、降低血压头不晕、润肺止咳百气顺、养护胃肠增食欲、利水消肿尿通畅、风湿痹痛不用愁、续筋接骨效神妙、防治感冒自己来、耳鼻口腔保健康，皮肤养护似凝脂、貌美颜悦赛貂蝉。

# 《保健妙方自己配》

## 内容概要

《保健妙方自己配》分上篇、下篇两大部分。上篇家庭自己配方法，分18章，介绍了基本概念与术语、基本技术与操作、自己炮制中药材、中药有效成分家庭提取与处理及汤剂、合剂、口服液、散剂、酒剂、酊剂、水丸、蜜丸、糖浆剂、煎膏剂、颗粒剂、胶囊剂、软膏剂、栓剂、茶剂、鼻用制剂、洗剂、搽剂、锭剂等19种剂型的家庭自己配制方法。并对成品的使用、储存与保管作了说明。下篇保健妙方精选，分18章，即活血化瘀血管软、降低血压头不晕、润肺止咳百气顺、养护胃肠增食欲、利尿消肿尿通畅、风湿痹痛不用愁、续筋接骨效神妙、防治感冒自己来、耳鼻口腔保健康、皮肤养护似凝脂、貌美颜悦赛貂蝉、给你一头亮乌发、减肥瘦身窈窕女、女性潇洒好姿在、镇静安神睡的好、滋补强壮体不衰、延年益寿驻青春、让你走出亚健康等18大类，精选配方500个。每个配方中均有配方、剂型、制法、作用用途、用法用量、技术指导等6项内容。全书附相关中药和制成品等照片202幅。

# 《保健妙方自己配》

## 书籍目录

上篇 家庭自己配方法基本概念与术语基本技术与操作自己炮制中药材中药炮制的目的中药家庭加工炮制方法中药有效成分家庭提取与处理汤剂家庭自己配合剂家庭自己配散剂家庭自己配酒剂、酏剂家庭自己配丸剂家庭自己配泛制法塑制法滴制法糖浆剂家庭自己配煎膏剂家庭自己配颗粒剂家庭自己配胶囊剂家庭自己配软膏剂家庭自己配栓剂家庭自己配茶剂家庭自己配其他剂型家庭自己配鼻用制剂洗剂搽剂锭剂成品的使用、储存与保管下篇 保健妙方精选活血化瘀血管软红金丸瓜蒌解瘀丹元灵散红花箭羽散元胡五灵散活络效灵散失笑散膏首乌丹参膏补阳还五膏瓜蒌枣仁膏芪苈止痛膏元胡汤冠心通汤杏叶瓜蒌汤参花活血汤决明止痛汤虻虫止痛饮丹参通络汤鸡血藤酒参灵活血酒丹参颗粒通脉颗粒心脉通颗粒参七冰片胶囊萹薤止痛胶囊海风藤浸膏胶囊丹参茶香蕉降压茶降低血压头不晕降压丸泽龙降压丸龙胆降压丸双花散定摇散龙牡牛膝散梧桐地龙散石决天麻散槐花降压散菊花粳米膏牡蛎钩藤膏槐草降压膏归芍钩藤膏元参苦丁膏灵乌二仁膏首乌钩藤汤逍遥降压汤石决布麻汤梧桐丹草汤石决钩参汤铁落龙牡饮冰醋糖浆首乌粳米颗粒龙胆降压颗粒决明山楂颗粒地莢降压颗粒菊天降压胶囊芍菊止痛茶桑菊清脑茶金针降压茶麻明降压茶山泽降脂茶乌须降压茶糖醋蒜清眩天麻猪脑鲜芹菜汁胡萝卜汁吴萸浴足汤润肺止咳百气顺消风宁嗽散杏仁膏二冬膏川贝枇杷膏百合枇杷膏银杏核桃膏陈夏合剂葶苈糖浆白梨糖浆无花果糖浆沙梨川贝糖浆马乳止嗽糖浆百合银杏糖浆百合雪梨糖浆沙参百合糖浆百部白及糖浆玄参甘桔颗粒参冬胶囊罗汉果茶参麦甘桔茶百枇止咳茶杏贝止咳茶橘花消喘茶百杞益肺茶罗菊止咳茶润肺百银虾球润肺银杏炒百合润燥二冬蛋汤润燥卤熟梨甘蔗百合汁养护胃肠增食欲陈香秘镁散参苓护胃散山药内金散参麦养胃膏术苓养胃膏健脾合剂小建中合剂附子理中合剂香砂健脾合剂稀盐酸合剂参术健脾酒参术益气酒三仁润肠酒健脾益胃酒胃安宁颗粒楂曲护胃颗粒芪英养胃颗粒山麦消食茶杜菊降压茶参枣益气茶三仁健脾茶补益大蒜甲鱼滋阴甲鱼丸子利水消肿尿通畅砂仁蜈蚣散青蛙砂仁散麦芽木香散麻黄石膏汤丹参箭羽酒天麻细辛胶囊葎草茶玉米须茶桑白皮茶车前薏仁茶蚕壳瓜皮茶茯苓浮萍茶风湿痹痛不用愁三藤祛湿膏风湿骨痛膏祛风止痛膏祛风胜湿膏牛膝加皮膏风湿合剂羌草归苓合剂七叶莲酒追风药酒临汝药酒川乌杜仲酒加皮丹参酒加味养生酒芍药生地酒史国公药酒黑豆补肾酒祛风活血酒鹿筋壮骨酒巨胜颗粒壮骨消痛颗粒风湿骨痛颗粒海风藤胶囊风湿止痛胶囊石斛延年胶囊独活寄生胶囊仙灵木瓜茶解毒菊花全蝎活血牛膝鲍鱼续筋接骨效神妙壮筋续骨丸五虎散土鳖铜香散归芍跌打散.....

## 章节摘录

药物 系指用于医疗、诊断、预防疾病的物质。西药 是一个不确切的概 念。一般指在西医学理论指导下使用的药物。包括化学合成药物、生物制品、血液制品等。中药 系指依据中医药理论用于医疗、保健的药物，包括中药材、饮片和中成药（成方制剂）。饮片 系指按照中医药理论，经过加工炮制，可直接用于中医临床的中药。药疗 系指不在医生或其他医务工作者指导下，恰当地使用非处方药物，用以缓解轻度的、短期的症状及不适，或者用以治疗轻微的疾病。保健食品 系指具有特定保健功能的食品，即适宜于特定人群食用，又具有调节机体功能，不以治疗疾病为目的的食品。食疗 系指药物和食物相结合，使其不但有药物的疗效，而且又有食物色、香、味的特色。剂型 系指将原料药加工制成适合于医疗或预防应用的形式。如：汤剂、散剂、丸剂、片剂、胶囊剂等。靠剂 系指根据药典、部颁标准或其他规定处方，将原料药物加工制成具有一定规格的药物制品形式。家庭医疗、保健、养生 系指将一些基本的医疗、保健、养生知识和基本技能普及到社会的基本单位——家庭，使家庭能够初步掌握一些一般的医学知识，用以预防、保健和简单治疗。或者说“家庭医疗、保健、养生是在家庭中实施的一项简单的健康医疗方法和技术”。

# 《保健妙方自己配》

## 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:[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)