

# 《中医古法婴幼儿养生》

## 图书基本信息

书名：《中医古法婴幼儿养生》

出版时间：2012-1

作者：彭鑫

页数：226

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)

# 《中医古法婴幼儿养生》

## 内容概要

## 书籍目录

第一章 孩子的保健从怀孕开始 第一节 中医强调的养胎 最佳的生育年龄 从孕前半年开始养生 养胎是孩子健康的根基 养胎到底是养什么？ 中医的胎教 第二节 中医的孕期保健 孕妇进补有哪些误区？ 孕期如何避免药物伤害 孕期的疾病预防第二章 中医养生从0岁开始 第一节 中国儿科史 中医儿科分“家”史 中国最早的儿科医生 秦汉和两晋时代的中医史 中国最早的儿科著作《颅凶经》 中医养生最核心的内容和原理 第二节 婴幼儿时期中医养生的规律 健康问题在12岁前解决掉 中医自然疗法 第三节 预防接种最早源于中医 天花的故事 种痘术流传到国外 第四节 古代中医看孩子生长发育 小儿身高增长有何特点？ 小儿身高与体重有何关系？ 关于囟门、换牙等方面的发育 “头”等大事 小儿萌牙与换牙 婴幼儿有血压吗 婴幼儿动作发育有何规律 婴幼儿、语言、认知发育等规律 婴幼儿是怎样认识外部环境的？ 第五节 古代医学的“变蒸”与现代医学的发热 何谓“变蒸”？ 小儿“变蒸”会出现哪些表现？怎么应对 关于“变蒸”的规律 孩子变蒸时如何调理第三章 小儿形与神的同步成长 第一节 小儿的生长发育特点 第二节 中医认识的小儿生理特点 小儿脏腑娇嫩，形气未充都有哪些表现何谓“纯阳之体” 第二节 中医是怎样认识小儿发生疾病的病理特点 什么是小儿“脾常不足”“心常有余”“肺常不足” 何谓小儿“肝常有余” 第三节 导致小儿生病的先天因素有哪些？ 胎毒的产生及对孩子健康的影响 去胎毒，打口药怎么吃 小儿外感病邪有哪些？ 小儿患病的内伤因素有哪些第四章 怎样判断与简单处理孩子疾病 第一节 小儿精神状态与疾病 面色白就是受寒吗？ 面色黄代表什么？ 热证的特征——面色红 值得注意的青与黑 第二节 小儿形态特征与疾病 形体望诊 察目 最容易忽视的耳朵 疾病时的嘴唇色泽变化 齿龈变化预兆疾病 小儿的正常舌象与异常舌象 第三节 二阴的变化与疾病的关系 了解大小便有病早知道 第四节 通过观察小儿指纹看健康 察指纹 怎样识别小儿斑与疹 第五节 从孩子的声音判断有无病变 闻咳声、嗅气味判断小儿疾病 第六节 带孩子看中医 小儿问诊歌诀 小儿可以切脉吗？ 新生儿服用中药注意事项 第七节 中医儿科内外治方法 小儿中医的主要内治法 小儿中医主要的外治法第五章 小儿常见呼吸道疾病及家庭疗法 第一节 经常光顾的小小感冒 为什么小孩子爱感冒 感冒之后的食疗方法 感冒伴随的三种夹症 多种类型的咳嗽 小孩子为什么爱咳嗽 咳嗽与百日咳、肺炎结核咳嗽的区别 反反复复的扁桃体炎 扁桃体的作用 扁桃体炎的症状及食疗 儿童健康的第一杀手肺炎 肺炎与感冒的区别 风寒风热闭肺型肺炎及食疗 第五节 防不胜防的哮喘 咳嗽有没有可能变成哮喘 如何辨别哮喘和肺炎及冷哮和热哮 哮喘的食疗及护理第六章 小儿口腔皮肤病及家庭护理 第一节 由内而外说口疮 孩子经常患口疮的原因 口疮疾病及食疗方法 孩子口疮预防及调护 第二节 不是皮肤病的水痘 水痘的症状 水痘食疗及养护 第三节 传染性很强的麻疹第七章 影响孩子健康的其他病症 第一节 家有夜哭郎 夜啼可能合并其他病 如何看护夜哭宝宝 第二节 太爱出汗的宝宝健康吗 自汗与盗汗 汗症的食疗方及养护 第三节 10岁以前的多发病癫痫 癫痫的症状 中医分析癫痫的病因及食疗方法 尿床宝宝 遗尿病因 外治贴肚脐的治疗方法 脑瘫的预防与调护 脑瘫的病因及类型 脑瘫早期症状 脑瘫的按摩疗法 传染性很强的腮腺炎第八章 伴随孩子成长的消化道问题 第一节 引发呕吐的原因及食疗 第二节 寒热性腹痛及食疗 第三节 腹泻的中医疗法及食疗 第四节 宝宝厌食的原因及食疗法 第五节 消化不良的原因及食疗法

# 《中医古法婴幼儿养生》

## 精彩短评

- 1、总体还是不错的。适合中国宝宝的体质。
- 2、彭博士写的书都好，是一本好书
- 3、其实书还没来得及细看，只是大略上翻了翻。但是对彭博士的书有种本能的信任。我相信这一定会是本好书。同事买的书很多，正在看《捏捏小手百病消》，特别适合家长看，对照着给宝宝捏捏小手，作用还真是不小。这两本配着看，但愿宝宝健健康康成长，也推荐给各位家长。
- 4、书很好！附赠的光盘也很好，就是太短了，不过瘾，这分明就是在说：要想看更多的就快快开通优优宝贝电视频道吧.....
- 5、中医古法婴幼儿养生 很不错的疗法
- 6、彭鑫老师的书，应该不错，会好好学习~
- 7、内容不错，很值得一读，还配有光盘，很实用。
- 8、老妈挺爱看的，说先学习下，多了解中医，等宝宝出生了好多地方就能明白。
- 9、对于宝宝的养生有很多很实用的方法，很好！
- 10、老彭的，绝对顶！  
虽然人比较保守且有点偏激，内容也难免有错，但很欣赏其为人及好德之心，真实，有担当的汉子。（比如说智商，书中讲聪明与否主要是父亲的关系，但是科学验证智商基因的位于X染色体(男xy，女xx，女儿基因来自父母的x，男儿的基因来自父y母x)，主要来源于女性，依据我对周围人的观察，也是如此，妈妈一般，父亲精明，结果儿子一般，女儿精明。妈妈精明者，儿子多数精明)
- 11、书中是些简单的育儿知识，但关于治疗和养护中效果很好的小儿推拿就几未提及。彭鑫博士致力中医临床和研究，还是值得一看的。
- 12、让小孩少打针少吃药，不会有抗药性的方法不错
- 13、这本书很不错，讲得比较全面，孩子生病不用瞎着急了，学习学习！
- 14、很好！要孩子的爸妈们要记得收藏啊。
- 15、很适合家有小孩的父母阅读。孩子快3周岁了，感觉买晚了。
- 16、非常推崇的养生法 传统文化
- 17、简单易懂,挺好的,家中必需.
- 18、我们并不了解自己的身体，何况宝宝，一个小小的人，这本书有很多实用的中医知识，值得每个新手父母拥有！
- 19、彭鑫博士的书第一次看，感觉比讲座将的要好。内容比较丰富。可读性强，长知识。随学随用。  
推荐购买
- 20、这个养生方法对孩子一生的健康很重要，感谢分享。
- 21、书是不错，就是快递员的态度太差！害的我定了三次，最后还是寄邮政才收到货！强烈鄙视什么福建飞远！！！！
- 22、宝宝生病了，我比较倾向带她去看中医，以为我相信中药的副作用小，再配合一些有针对性的理疗和食疗，宝宝如只是感冒这些病基本能好。宝宝3岁了基本没有打过针，也没有输过液。
- 23、让孩子远里抗生素，就要从中医的理论中学习。书中有针对什么疾病用什么食疗的方子，很实用，给孩子调理好身体！
- 24、不错，可以好好学习下中医
- 25、对于新生儿爸爸妈妈来说值得深入研究的一本书。
- 26、很喜欢这本书。不过大概看了一下，第二章内容和介绍的目录内容有些偏差，可能精剪了吧。
- 27、中医古法，让幼儿得到最好的防护救治。
- 28、吸取古人的育儿经验，很不错的一本书，值得一看！
- 29、按照本书方法养孩子，肯定能受益
- 30、老婆刚刚怀孕，买了一本，看了看内容有用，留着，以后慢慢学习！
- 31、挺好的一本书，建议准妈妈早点买！我家宝宝2岁，现在看嫌晚了
- 32、这宝贝真不错，很喜欢
- 33、养生从零岁开始
- 34、孩子小很容易生病，这本书是育儿必备书。有用！

## 《中医古法婴幼儿养生》

- 35、继续支持吧！加油
- 36、不是很具体，感觉要对中医有一定了解才有用
- 37、第二次买了，上次那本送人了，挺好的，适合小孩子用。好评。
- 38、粗略看了一下，很好！还有一张光盘！学习传统文化知道的彭鑫博士，很赞同他观点！！
- 39、买了给妈妈看，妈妈看得很认真，很多地方讲得很有道理。
- 40、在网上买过很多书，但这是第一次写评价，这本书真的给我很大的惊喜，本身对中医就有很大的兴趣，平实详细易懂的介绍极其实用，是妈妈必读的护理教材，如何保健让孩子身体强壮少生病是这本书最大的收获
- 41、若全書讀完，則利人利己。
- 42、学习中,但愿有帮助
- 43、这是一本特别适合妈妈们看的书，越早看，孩子越早受益！
- 44、实用、生动、简单易懂
- 45、好书。不要让自己的孩子成为西医的试验品，就看看这本书。让你有一个健康的孩子。
- 46、有些点方法，我是认可的
- 47、感恩彭老師的辛勤付出。
- 48、非常实用，简单易学
- 49、这是朋友推荐的书，孩子有次呕吐按上面方法一试就好了，很好的书
- 50、不错！书里的中医知识浅显易懂，一看就会。一直对中医有兴趣，这本书里很多知识都可以在育儿生活中用上。
- 51、没有太难懂的中医理论，深入浅出，很容易读懂，而且里面的方法也容易在家里操作！
- 52、包装很好，内容还没看。传统中医学对于孩子健康非常有好处，感谢作者。
- 53、宝宝还未出生，先屯着~
- 54、送给别人的，据说挺有用的，
- 55、对宝宝的健康很有好处。
- 56、中国人传承了几千年的东西，造福了华夏子孙，做父母的应该认真学习
- 57、养生保健还得靠中国传统医学，中医历史久远，理论深厚，擅长从物质、能量、信息角度辩证看问题，擅长治未病（预防医学）。刚好家有小宝，就买了这本中医古法婴幼儿养生。
- 58、乍看上去很有道理，但对于一些提及的病例没有提供实际调理方法。除了感冒的疗法外，其它的内容基本都是在讲大道理，咱都知道中医调的重要性，但这不是讲理论课，来点实际的好吧？
- 59、买的有点晚了，如果在刚刚怀孕时，或者备孕时能读到这本书就好了！非常好的中医内容，非常好的育儿常识！向新手父母，或准备要宝宝的人强烈推荐！
- 60、内容真的非常好，彭鑫博士讲解的也非常明白，配有食疗及药膳，还有光盘。太好了！
- 61、囤货中 宝宝现在还小
- 62、中医育儿的好书
- 63、信任彭鑫博士，对此书里的妙招和处方也很认可！学习中.....
- 64、送给嫂子的，她很喜欢，说身实用
- 65、没有想象中的好，不过也可以学一些
- 66、给宝宝的，要好好读。。。
- 67、一直很喜欢彭鑫博士的论述和著作
- 68、我很赞成书本里面的说法,但就是比较难做到,
- 69、家有小儿，看了不亏。
- 70、嗯，这本书真的很实用
- 71、读之孩子不受摧残，家庭多些快乐。古人真乃聪明，如今还有吗？
- 72、新手父母值得珍藏的书！
- 73、一共买了三本彭鑫先生的《中医古法婴幼儿养生》了，一本送给了照顾宝宝的第一个月嫂，她人很好，观察孩子很细致，帮不少宝宝护理减少了病痛，感觉这本书肯定能让她帮助更多的宝宝更健康，第二本送给了将要准备怀孕的朋友，让她在备孕阶段就给宝宝创造良好的基础，还有一本留给了自己，在宝宝不舒服的一些阶段给宝宝多喝水，发发汗，让宝宝更快更舒服的度过成长的每个阶段
- 74、很好，名符其实

## 《中医古法婴幼儿养生》

- 75、帮助挺大的啊
- 76、不错，很有收获。值得保存
- 77、很好很有用很好很有用
- 78、很不错，里面的东西很实用，再也不用为孩子得病发愁了，后悔没早点买来
- 79、在微博上看到的这本书，还好，支持中医，有宝宝的家长看看，长知识噢！
- 80、送给爸爸研究，可以帮我儿子处理常见病。
- 81、给妈妈看的，她说很好
- 82、看过一些育儿的书，都是就事论事泛泛而谈开药对付了事。从这本书了解了很多为什么，很受益！
- 83、看了电视，才买了书，基本上常见问题都有方法了
- 84、书拿到手有一段时间了，有空的时候就看看一些。已经基本看的差不多了，觉得内容很好。这样自己在以后照顾宝宝的时候就会提前知道一些注意事项。把光盘上的内容拷下来，和同事一起分享了。大家都觉得不错。值得更多的父母学习运用，推荐给大家，希望每个父母都陪伴自己的宝宝健康快乐的成长。
- 85、感觉只是给我们总结了一下，方便一些吧。要想多了解还得多看看经典。
- 86、觉得还不错，但是总的来说实用的方法就少了一些
- 87、中国人算是世界上最能生育的人种了，应该说我们中国人在生育上可以做下方人的老师，而现在却恰恰相反，所以这本书更有意义，重新发现中医太美。
- 88、宝宝刚刚出生，看到这本书后感觉很有帮助，特别是一些小病痛的预防与治疗，让我对于养育宝宝来说更有信心。本书也讲得比较易懂，我老婆用了他的方法后就没怎么感冒了。赞一个
- 89、还是非常有现实作用的一本书
- 90、看过这个节目，觉得彭鑫博士说的观点很有用。让我长见识了。买了这本书，感觉比电视节目更有指导性。也可以让我慢慢消化这些中医知识。
- 91、帮人买的，非常满意，可以看看试试吧
- 92、每个妈妈都希望孩子健康成长，少吃药打针，相信彭鑫老师的作品！
- 93、非常好的幼儿健康书
- 94、这真是一本好书，之前看的儿科教材上都没这个好，我说啊每一个家庭中必备的一本书，养神从0岁开始啊。
- 95、很有用，先看一遍，以后用的着时再翻出来。父母多了解点中医知识没有坏处！
- 96、看是看了，但对我帮助不大，因为模棱两可，作为普通人很难操作啊！
- 97、任何事情都不能按照书本生搬硬套，硬结合实际参考应用。这本书具有一定的参考价值！
- 98、值得天下父母用心去实践
- 99、内容很好，有娃的、喜欢中医的家庭需要备一本  
我现在还在孕期，先简单了解一下，将来娃出来了，再根据实际情况细细研究
- 100、博大中医，学习ING！强烈推荐
- 101、书不错，内容很实用，还配有光盘，更加完美。

# 《中医古法婴幼儿养生》

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