

《银发族健康百科》

图书基本信息

书名：《银发族健康百科》

13位ISBN编号：9787501523238

10位ISBN编号：7501523231

出版时间：1999-09

出版社：知识出版社

作者：田明

页数：224

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

《银发族健康百科》

内容概要

银发族健康百科：自我诊疗1000问（1 头颈部 头发、五官），ISBN：9787501523238，作者：田明著

书籍目录

目录
出版缘起
健康最富
 一本献给父母、送给自己的无价宝典
代序
为银发族健康加油
作者序
掌握自己的健康
 献给所有关心父母健康的朋友
头发、五官
为什么头发那么重要？
“一〇一”、“洛健”治疗秃头效果好吗？
什么是鬼剃头？
雄性秃是男性魅力的表现吗？
脂溢性脱发是怎么一回事？
为什么外用脱发药水疗效不明显？
中西医对治疗脱发的看法如何？
中医为何以滋养肝肾法治疗脱发？
如何以安全性高的滋养肝肾验方自疗脱发？
中医为何用活血化淤法治秃头？
如何服用活血化淤验方自疗脱发？
用外治法治疗脱发效果好吗？
针灸能治脱发吗？
如何以即刺法促进头发生长？
为什么叩刺和按摩头部可使新发再生？
如何按摩头部使头发再生？
如何利用中草药汁涂擦生发？
如何制备生发外用药酒？
如何自制生发油？
如何以湿洗法促进头发生长？
如何以干洗法促进新发再生？
如何以中西医结合光化疗法外治脱发？
什么是脱发者的饮食“四宜”？
什么是脱发者的饮食“四忌”？
过早出现白发要不要紧？会影响寿命吗？
白发可变黑发吗？
中西医如何看待白发？
传统医学如何治疗白发？
是否有可靠的乌发验方
如何应用简易自然疗法自疗白发？
头发早白者应多摄用哪些食物？

哪些药膳适合头发早白者服用？
如何自制乌发豆、乌发膏、乌发酒
乌发茶？
为什么必须重视头发养护之道？
如何从精神调摄和生活起居着手养护
头发？
什么是头发养生“六要”？
中老年人常见的眼病有哪些？
眼睛内部和视力有关的构造有哪些？
眼前发花或发黑是怎么一回事？
看书报时眼睛发花酸痛是什么毛病？
如何延迟和减轻老花眼的发生、发
展？
眼前出现蝇飞蚊舞有哪些可疑因素？
白内障是怎么形成的？
患了老年性白内障怎么办？
中医治疗白内障有何长处？
中医是怎么治疗白内障的？
哪些患者适合针拨术或针拨套出术？
白内障手术后应注意哪些事项？
白内障患者如何进行药膳食疗？
白内障患者吃些什么比较好？
白内障是否可以预防？
如何预防白内障发生？
眼睛出现彩虹光环是怎么回事？
出现虹视该怎么办？
视野逐渐缩小是什么原因？
青光眼患者如何养生？
青光眼患者在饮食方面应注意些什
么？
青光眼患者如何食疗？
糖尿病患者视力模糊或见黑点是何
原因？
患了糖尿病性视网膜病变该怎么
办？
中老年人如何保养眼睛？
为什么眼疾患者应戒烟、忌酒、少
吃大蒜？
中老年人常见的耳疾有哪些？
为什么会耳鸣？
耳鸣对人的健康有什么影响？
耳鸣该怎么办？
西医治疗耳鸣效果如何？
中医治疗耳鸣效果如何？
中医如何治疗老年性耳鸣？
是否有耳鸣简易自我疗法？
什么是重听和老年性耳聋？
人怎么接收声音？
为什么会重听？

人老了一定会重听吗？
重听与年龄、衰老有必然的关系吗？
重听患者应如何就医？
重听老人在心理上会有什么变化？
重听患者应如何自处？
如何与重听老人交谈？
为什么重听老人不愿意配戴助听器？
长期配戴助听器会不会加重耳聋？
如何预防耳鸣和耳聋？
哪些简易自我疗法可防治耳鸣和耳聋？
防治耳鸣和耳聋吃些什么比较好？
哪些药膳可防治耳鸣、重听？
突然天眩地转、耳鸣、重听是怎么回事？
梅尼尔氏病是一种什么病？
梅尼尔氏病的疗效如何？
中医治疗梅尼尔氏病有何长处？
得了梅尼尔氏病该怎么自疗？
梅尼尔氏病有何饮食宜忌？
哪些药膳适合梅尼尔氏病食疗之用？
眩晕病人休养时应注意哪些事项？
何谓梅尼尔氏病养生“三要二不”？
突然鼻塞、流涕一定是伤风或感冒吗？
人到中年要注意哪些鼻部症状？
伤风、重伤风、普通感冒、流行性感冒有何不同？
人为什么会经常感冒？
普通感冒既可不药而愈，是否需要就医？
为什么老年人要特别注意防治感冒？
现代医学可将感冒分成哪些类型以便诊治？
现代医学如何治疗感冒？
传统医学如何治疗感冒？
老人感冒选择西医还是中医哪种较好？
感冒后是否有特效中医验方可供选服？
是否有简单的偏验方可以预防感冒？
如何以针灸疗法治疗感冒？
如何自行以指代针防治感冒？
如何借助点穴疗法缓解感冒症状？
如何应用简易自我推拿法防治感冒？
如何以推擦、擦涂、刮背疗法治感冒？
什么是防治感冒速效滴鼻疗法？
为什么佩带香包能防治感冒？
怎样应用熏蒸疗法治疗感冒？

国外有哪些防治感冒偏方？
感冒患者如何选择饮食？
为什么食疗感冒以辨证食治效果最好？
如何根据辨证食治原则选用感冒药膳？
如何以药粥疗法治疗感冒？
如何应用鸡蛋疗法治疗感冒？
怎样养成良好的饮食习惯来预防感冒？
为什么吹风受寒容易感冒？
哪些防寒保暖措施可防感冒？
如何改善室内卫生以防感冒？
感冒流行期间应如何防止感染？
如何从根本上预防感冒发生？
如何练习“五分钟防感保健操”预防感冒？
常流鼻血要不要紧？
老年人流鼻血要注意些什么？
如何正确止住鼻血？
是否有简易的自我疗法可止鼻血？
常流鼻血者吃些什么比较好？
常流鼻血者可选用哪些食疗方？
预防流鼻血应注意哪些养生之道？
晨起后从鼻腔回吸吐出了带血鼻涕要警惕什么？
除了流鼻血以外，鼻咽癌还有哪些症状？
舌头出现硬结、肿块、糜烂或溃疡是怎么回事？

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