

《中药养生祛百病》

图书基本信息

书名：《中药养生祛百病》

13位ISBN编号：9787536955127

10位ISBN编号：753695512X

出版社：高景华 陕西出版传媒集团,陕西科学技术出版社 (2013-05出版)

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

《中药养生祛百病》

前言

我国的劳动人民几千年来在与疾病作斗争的过程中，通过实践，逐渐积累了丰富的中药知识。每种中药都有其独特的性味与功效，有些中药是治疗某些疾病的佼佼者，有些完全没有毒副作用而被用来养身健体，延年益寿。几千年来，中药为人类的繁衍和百姓的身体健康做出了极大的贡献。中药养生祛病有它独特的优势，不仅在于中药的安全与廉价，很多西医无法根治的疑难杂症，使用中药后都会取得意想不到的好效果。在延年益寿方面，中药的贡献更是不可估量，很多具有补益作用的中药成为人们家中必备甚至礼尚往来的新宠儿。本书分为上下两篇，上篇着重介绍中药的性能、配伍、及用药常识，包括药材的存放、煎取方法、服药禁忌，让您了解中药养生常识，准确有效的使用中药。下篇从常见疾病人手，详细介绍了治疗每种疾病的常用药材，针对性非常强。内容包括药材的形态特征、性味功效、良品辨识。在选取常用处方的同时，还增加了美味的药膳，使良药不再苦口。最后一章还介绍了各种养生功能的对应中药，便于读者查找与实践。希望本书能给广大读者带来健康与长寿！

编者

《中药养生祛百病》

书籍目录

上篇 中药养生常识第一章 中药的性能一、四气二、五味三、归经四、升降沉浮五、春性第二章 中药的配伍第三章 中药用药常识一、中药材的存放二、煎药方法三、服药时间与剂量四、中药禁忌暇用中药十忌孕妇禁忌的常用中药及中成药下篇 中药养生祛百病第_章 内科疾病感冒急性支气管炎慢性支气管炎哮喘胃及十二指肠溃疡慢性胃炎急性胃肠炎痢疾便秘腹泻消化不良恶心呕吐贫血失眠健忘头痛眩晕肺炎肺结核肝炎胆囊炎与胆石症肾炎痔疮高血压糖尿病冠心病低血压风湿、类风湿性关节炎高脂血症骨质疏松肩周炎阳痿早泄遗精第二章 外科疾病疔痈跌打损伤烧烫伤骨折急性乳腺炎急性阑尾炎湿疹脱肛破伤风第三章 妇科疾病月经不调痛经闭经崩漏白带异常不孕症阴道炎产后缺乳更年期综合征第四章 儿科疾病小儿疳积麻疹百日咳小儿遗尿小儿肺炎小儿惊厥小儿夜啼第五章 五官科疾病鼻炎“中耳炎结膜炎咽炎口腔溃疡牙痛口臭眼疲劳第六章 中药养生保健补中益气补血养血补肾养精补阴滋阴壮阳固精生津益液养心安神补肝养肝健脾养胃补肺润肺补肾养肾健脑益智附录：古今计量单位对照与换算

章节摘录

二、五味 味，就是药物的滋味。五味，即辛、甘、酸、苦、咸。有些药物具有淡味或涩味，也就是说药物的滋味实际上不止五种，但是，五味是最基本的五种滋味，所以仍然称为五味。不同的味有不同的作用，味相同的药物，其作用也有相近或共同之处。至于其阴阳属性，则辛、甘、淡属阳，酸、苦、咸属阴。综合历代用药经验，叙述其作用如下。(1)辛味药：有发散、行气、活血的作用，一般治疗外感表证的药物，如桂枝、紫苏叶、薄荷等，治疗气滞证的药物，如香附、陈皮等，治疗瘀血阻滞的药物，如川芎、红花等，都有辛味。(2)酸味药：“能收能涩”，有收敛、固涩的作用，并能生津开胃、收敛止汗。一般具有酸味的药物多用于治疗虚汗、泄泻等，如山茱萸、五味子涩精敛汗，五倍子涩肠止泻。(3)苦味药：“能泄能燥能坚”，有泄和燥的作用。“泄”的含义甚广，有指通泄的，如大黄，适用于热结便秘；有指降泄的，如杏仁，适用于肺气上逆的喘咳；有指清泄的，如栀子，适用于热盛心烦等。至于“燥”，则用于湿证，湿证有寒湿、热湿的不同，温性的苦味药如苍术，适用于前者，寒性的苦味药如黄连，适用于后者。此外，前人的经验中，认为苦还有坚阴的作用，如黄柏、知母用于肾阴虚亏而相火亢盛的痿证，即具有泻火存阴(坚阴)的意义。(4)咸味药：“能下能软”，有软坚散结、泻下的作用。多用以治疗痰核、痞块及热结便秘等，如瓦楞子软坚散结，芒硝泻下通便等。(5)淡味药：有渗湿、利尿的作用。多用以治疗水肿、小便不利等，如通草、茯苓、薏仁等利尿药，皆有淡味。

三、归经 归经是指某种药物对某些脏腑经络的病变能起主要治疗作用。如麻黄发汗平喘，能治咳嗽气喘的肺经病，故归入肺经；芒硝泻下软坚，能治燥结便秘的大肠经病，故归入大肠经；天麻祛风止痉，可治手足抽搐的肝经病，故归入肝经。归经是以脏腑、经络理论为基础，以所治具体病证为依据来确立的。因为经络起着沟通人体表里内外的作用，生理上相互协调，发病时也相互影响。所以，表证可以影响到脏腑，里证又可反映到体表。通过系统的归纳分析，四诊合参，确定病变所在的脏腑经络，通过药物的治疗作用，便可得出归经所在。掌握归经理论，有助于提高用药的准确性。但运用归经理论，必须考虑到脏腑经络间的关系。由于脏腑经络在生理上相互关联，在病理上相互影响，因此，在临床用药时往往不单纯使用某一经的药物。还须注意的是，勿将中医脏腑经络定位与现代医学的解剖部位混为一谈。再者，归经所依据的是用药后的机体效应所在，而不是指药物成分在体内的分布。

四、升降沉浮 浮沉是指药物在体内发生作用的趋向，基本可概括为“升浮”和“沉降”两个方面。药物升降浮沉的性能与药物本身的性味有不可分割的关系，能升浮的药物大多具有辛、甘味和温、热性；能沉降的药物大多具有酸、苦、咸、涩味和寒、凉性。所以，李时珍曾经指出：“酸成无升，辛甘无降，寒无浮，热无沉”。一般的规律是，升浮药的作用趋向为向上、向外，具发表、散寒、升阳、催吐等功效，能治疗病位在表(如外感发热)、在上(如呕吐)、病势下陷(如脱肛、内脏下垂)的病证；沉降药的作用趋向为向下、向里，具有潜阳、平逆、收敛、渗利、泻下等功效。能治疗病位在里(如热结便秘)、病势上逆(如肝阳上亢的眩晕)的病证。有少数药物的作用趋向表现为“双向性”，即既能升浮，又可沉降，如麻黄既能发汗解表，亦可平喘利尿。炮制和配伍也是影响药物升降浮沉的主要因素。炮制时液体辅料的添加可以影响到药物原有的升降浮沉性质，如酒炒(炙)则升、姜汁炒则散、醋炒则收敛、盐水炒则下行。在配伍用药时，配伍药物的升降浮沉性质，遵循少数服从多数的原则，性属升浮的药物与较多主沉降的药物相配伍时。以用量大、药味多的药性为主，少数药物的升浮之性可以受到一定的制约；反之，性属沉降的药物与较多主升浮的药物相配伍时。其沉降之性也可能被抑制。故李时珍说：“升降在物，亦在人也。”掌握有关影响因素可以更好地了解药物的作用，为临床选用、炮制和配伍用药提供依据。药物毒性是指一些药物可能会对人體造成不同程度的伤害。在一般人的观念中，总认为中药没有毒，其实不然。由于药物的气味有厚薄，因而作用有强弱，从这一点来看，中药也可以分为大毒、常毒、小毒和无毒。传统中医对于有毒和无毒的药物在使用上是有规则的。大毒药物用到病去6/10时，即停止，常毒药物用到病去7/10，小毒药物用到病去8/10，即使是无毒的药也用到病去9/10时就立即停止。用得过分，反会损害正气。剩余的一分病，要用谷类、肉类、果类和蔬菜类日常饮食来调养，如果用谷、肉、果蔬而不能尽除时，再按病邪程度用药物治疗。在用药期间，还要观察气候，适应生、长、收、藏的天地常道等。P4-6

《中药养生祛百病》

编辑推荐

我国的劳动人民几千年来在与疾病作斗争的过程中，通过实践，逐渐积累了丰富的中药知识。每种中药都有其独特的性味与功效，有些中药是治疗某些疾病的佼佼者，有些完全没有毒副作用而被用来养身健体，延年益寿。几千年来，中药为人类的繁衍和百姓的身体健康做出了极大的贡献。《中药养生祛百病》(作者高景华)分为上下两篇，介绍中医知识。

《中药养生祛百病》

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