

《阿嬷的自然養生方》

图书基本信息

书名：《阿嬷的自然養生方》

13位ISBN编号：9789866247033

10位ISBN编号：9866247031

出版社：養沛文化館

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

《阿嬤的自然養生方》

前言

前言 阿嬤的壓箱寶 「醫生，我最近從書上看到了一個能夠治腫瘤的偏方，說是很管用，但我吃了好久，好像都沒有效果，而且，好像越來越虛弱，這是怎麼回事啊……」 「阿嬤，我是頭痛耶，妳怎麼拿膏藥貼我的肚臍啊？」 「我跟你說喔，我之前跟你的症狀差不多，我就是吃那個X X X好的，你也試試看嘛，比看病便宜多了。」 在醫學還不是很發達的古早以前，不管是跌倒、摔傷，或感冒、腸炎，只要一有什麼不舒服，老人家們就會用一些所謂的偏方、土方、祕方來「治療」，說也奇怪，那些以「口耳相傳」或以手抄形式流傳的方法，有些竟也真的有著奇特的效果，就這麼流傳了下來。 近年來，隨著人們生活水準的提高和保健意識的增強，各種介紹偏方的書籍和報導大受歡迎，不少人甚至「按圖索驥」的自己當起了「赤腳仙」，依著自己找來的偏方，替自己或家人保養或治病，雖然有人誤打誤撞的達到了目的，但相同的，也有人因此而丟了性命。偏方到底是好是壞、該如何正確的使用，是值得我們深入思考的。基本上，我們不贊成自己「照本宣科」，依樣畫葫蘆的自行操作，因為畢竟不是每個人都有相對應的醫學常識，並無法判別自行採樣來的偏方正確與否，因此，在使用之前，最好還是能夠請教專家或醫師，確認正確的使用方法，以及是否對症，才能夠確保安全。 不過，偏方中確實也有寶，現在很多對抗疾病的藥劑，像是治療心臟病用的毛地黃等，以及一些抗腫瘤的藥、清熱解毒消炎的成藥，很多也是從民間偏方中篩選挖掘出來的。 只是偏方的療效通常會因為時令、地域和各人身體狀況的不同而有不同的效果，並不能統一而論，因此，即使是歷史悠久、流傳很廣，或很多人用過的偏方、祕方，都不見得適用在每個人身上。 本書中，我們以中醫藥學為基礎，篩選了一些較有醫學根據的偏方，再為大家分析其中的有效成分，及對疾病的作用，希望能夠讓讀者在了解偏方的原理後，再遵循醫師的指導使用，相信對一般的疾病就能有一定程度的緩解效果。

《阿嬤的自然養生方》

內容概要

中華自然療法世界總會總會長 歐陽瓊【審訂推薦】 阿嬤的傳家寶.流傳百世不衰?醫學驗證有效 食用鹽可以療治坐骨神經痛；仙人掌對骨刺有效喔！ 落枕了嗎？可以用生韭菜解決；老豆腐可治神經性皮膚炎； 綠豆拿來治濕疹最好了；感冒了，喝蔥白生薑飲最有效..... 從裡到外，從小症狀到大毛病， 這是照顧全家人健康的常備良藥！ 本書以中醫藥學為基礎，篩選了一些較有醫學根據的偏方， 再為大家分析其中的有效成分，及對疾病的作用， 希望能夠讓讀者在了解偏方的原理後，再遵循醫師的指導使用， 相信對一般的疾病就能有一定程度的緩解效果！

《阿嬤的自然養生方》

書籍目錄

【前言】阿嬤的壓箱寶第一篇 筋骨保健方第二篇 皮膚保健方第三篇 婦科保健方第四篇 男性保健方第五篇 耳鼻喉保健方第六篇 美容小祕方第七篇 兒童保健方第八篇 腸胃保健方第九篇 慢性病保健方第十篇 泌尿道保健方第十一篇 神經系統保健方

《阿嬷的自然養生方》

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