

《中国人的药材生活 清热解毒》

图书基本信息

书名：《中国人的药材生活 清热解毒》

13位ISBN编号：9787535951878

10位ISBN编号：7535951872

出版时间：2010-4

出版社：广东科技

作者：谢克友

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

前言

上火是日常生活中十分常见的一种症状及体征，常表现为面红目赤、咽燥声嘶、疖肿四起、口腔糜烂、牙疼肿胀、烦躁失眠、鼻衄出血、舌红苔黄、尿少便干、发热出汗等。这些表现在中医上属于热症和火症的范畴，其原因多是风、寒、暑、湿、燥邪，侵入机体生热化火的结果。此外，脏腑功能失调、精神过度刺激、生活丧失规律，也能引起上火。从西医角度来说，上火表现多见于急性感染性疾病，如急性咽喉炎、牙髓炎、口腔溃疡、眼睑炎、结膜炎、尿路感染、便秘、皮肤疖肿、蜂窝组织炎等，也见于结核病、高血压病、植物神经功能紊乱、甲状腺机能亢进等一些慢性疾病。上火可按病因病机不同，分为两类症候，即实火和虚火。实火多由于外感六淫（风、寒、暑、湿、燥、火）所致，此外，精神过度刺激、脏腑功能活动失调亦可引起。实火患者表现为面红目赤、口唇干裂、口苦燥渴、口舌糜烂、咽喉肿痛、牙龈出血、鼻衄出血、耳鸣耳聋、疖疮乍起、身热烦躁、尿少便秘、尿血便血、舌红苔黄或伴有芒刺、脉实滑数。治疗上宜采用苦寒制火、清热解毒、泻实败火的原则和方法。虚火多因内伤劳损所致，如久病精气耗损、劳伤过度，可导致脏腑失调、虚弱而生内热，进而化虚火。根据病机不同，一般将虚火进一步分为阴虚火旺和气虚火旺两种病状。阴虚火旺多表现为全身潮热、夜晚盗汗、形体消瘦、口燥咽干、五心烦热、躁动不安、舌红无苔、脉细数。治疗时应以生津养血、滋阴降火为原则。气虚火旺者表现为全身燥热、午前热甚、畏寒怕风、喜热怕冷、身倦无力、气短懒言、自汗不已、尿清便溏、脉大无力、舌淡苔薄。治疗时应以补中益气、强肾兴阳、甘温除热为原则。综上所述，实火和虚火不仅病因、病机、临床表现不同，而且治疗原则及具体治法也有所不同。如果不管上火是实是虚，而一律用同一方法清热败火，则有可能非但治病不成，反而加重病情。因此，上火时，首先分清实火还是虚火后，再决定治疗方案，是一件十分重要的事情。清热解毒是一个自古流传下来的话题，我国在很久以前已经有对清热解毒的记载，只是古时候人们习惯把热病、热毒类病症称为温病。早在战国时期，因为战事连连，人们流离失所，热毒、热病盛行，无数人死于各种热毒所引起的病症。在和疾病的斗争中，温病学就慢慢诞生了。那个时候虽然还没有医书典籍的明确记载，但是人们已经认识到对热毒、热病的防治方法，为后来温病学的确立奠定了基础。此后，各种热病、热毒被陆续载入了医书。

《中国人的药材生活 清热解毒》

内容概要

《中国人的药材生活·清热解毒》收录了160多种与清热解毒有关的中药和食物，按功效分为泻火祛暑、利尿通淋、凉血止痢、消肿散疮痈、清肺止咳、清肝明目、利水燥湿、清心除烦等，基本上囊括了热病、热毒引致的各种病症。提供了多种治疗方法。

这为大众在日常生活中遇到热病、热毒方面提供了各种帮助，让读者能够轻松地除热毒、祛热病。

《中国人的药材生活 清热解毒》

书籍目录

泻火祛暑 冬瓜 苦瓜 白瓜 绿豆 绿豆芽 黄豆芽 豆腐 豆豉 豆薯 荸荠 草菇 荷叶 板蓝根 苦丁茶 黄芩 黄柏 黄连 栀子 金银花 金莲花 连翘 石斛 山竹 草莓 菠萝 甜瓜 西瓜 哈密瓜 番木瓜 柠檬 猕猴桃 人参叶 利尿通淋 黄豆 黑豆 金丝瓜 慈姑 蕨菜 金针菜 苎荳菜 石耳 田螺 车前子 茶 大黄 罗布麻 白茅根 饴桃 李子 凉血止痢 莲藕 西红柿 茼蒿 马齿苋 蚕豆 黑木耳 兔肉 食盐 落葵 马兰草 刺儿菜 槐花 木槿花 凌霄花 鸡冠花 青蒿 玄参 生地黄 酸枣 香蕉 莲雾 消肿散疮痛 苜蓿 大蒜 茄子 莼菜 菱角 赤小豆 蟹 紫菜 海带 鸭肉 鲫鱼 田鸡 马肉 醋 酱油 仙人掌 鱼腥草 败酱草 紫花地丁 重楼 蒲公英 母猪藤 清肺化痰 丝瓜 白萝卜 豆瓣菜 海蜇 海藻 银耳 咸鸭蛋 鸭蛋 蜂蜜 冬瓜子 豆浆 橄榄 百合 余甘子 无花果 罗汉果 瓜蒌 射干 牛蒡子 桑叶 天花粉 竹茹 绞股蓝 胖大海 火龙果 梨 柿子 枇杷 清肝明目 胡萝卜 枸杞叶 鲍鱼 菊花 野菊 蚌 菊花脑 夏枯草 决明子 利水燥湿 薏苡仁 黄瓜 空心菜 苋菜 芦蒿 鲢鱼 青鱼 蚬 茵陈 苦参 虎杖 香椿头 白花蛇舌草 清心除烦 小麦 黄芽白菜 青菜 茭白 葫芦 芹菜 玉竹 芦根 淡竹叶 知母 丹参 蔓冬 其他 排毒解毒 番薯 马铃薯 高粱 香菇 蘑菇 番泻叶 山药 葡萄 苹果 青梅

《中国人的药材生活 清热解毒》

章节摘录

插图：

《中国人的药材生活 清热解毒》

编辑推荐

《中国人的药材生活·清热解毒》：无热毒则一身轻。汲取中医养生精华，温和地从问题根源调理修复，清春之湿热、夏之暑热、秋之燥热、冬之虚热，排解各毒，扭转亚健康状态，协调气血运行，让身体从内至外地健康起来。

《中国人的药材生活 清热解毒》

精彩短评

- 1、虽然5本书分了3个包裹，但速度还算快。
- 2、这书的另外两册我都买回来了，里面的内容是有彩图的，所以看起来比较有味道，但是不足的就是，里面的药方没有写清楚什么体质的人可以用，什么人不可以用，其他都还好。我买了养颜美容的那本里面的内容也很好的，有介绍很多天然的面膜，不错。
- 3、看了之后感觉还不错~~
- 4、妈妈还蛮喜欢的，说内容不错
- 5、给家人买的，看着不错，又买了一本，很实用。
- 6、很喜欢 很漂亮 实用
- 7、老妈挺喜欢这书的，特别是书里面的图超级适合她的。
- 8、看着挺不错的，有图，有功效还有方子。

《中国人的药材生活 清热解毒》

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