

《自我治疗乳腺病》

图书基本信息

书名：《自我治疗乳腺病》

13位ISBN编号：9787513210218

10位ISBN编号：7513210217

出版时间：2012-9

出版社：中国中医药出版社

页数：212

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.tushu111.com

《自我治疗乳腺病》

内容概要

拥有一对健康美丽的乳房是每一个女性的美好愿望，但有些女性却受着某些乳腺病的困扰，《自我治疗乳腺病》从自我疗法角度，介绍按摩、拔罐、刮痧、熏洗、艾灸、耳穴、中药、贴敷、食疗、运动、音乐、心理等方法，完全可以帮助您全方位地呵护您的乳房。

书籍目录

第一章 概述

- 什么是乳腺病
- 乳腺病的病因病机
- 乳腺病的诊断
- 乳腺病的西医治疗
- 中医学对乳腺病的认识

第二章 认识经络与腧穴

- 什么是经络与腧穴
- 治疗乳腺病的常用穴位

第三章 乳腺病的躯体按摩疗法

- 乳腺病常用按摩手法
- 乳腺病的辨证按摩法

第四章 乳腺病的足底按摩疗法

- 什么是足底按摩疗法
- 足底按摩手法
- 治疗常见乳腺病的足穴
- 治疗常见乳腺病的足底按摩法

第五章 乳腺病的手部按摩疗法

- 乳腺病常用手穴
- 乳腺病手部按摩法

第六章 乳腺病的耳穴按摩疗法

- 乳腺病常用耳穴
- 常见乳腺病的耳穴按摩法

第七章 乳腺病的拔罐疗法

- 什么是拔罐疗法
- 常见乳腺病的拔罐疗法

第八章 乳腺病的刮痧疗法

- 什么是刮痧疗法
- 常见乳腺病的刮痧疗法

第九章 乳腺病的中药疗法

- 什么是中药
- 乳腺病的常用中药
- 乳腺病常用方

第十章 乳腺病的贴敷疗法

- 什么是贴敷疗法
- 乳腺病的常用贴敷疗法

第十一章 乳腺病的熏洗疗法

- 什么是熏洗疗法
- 乳腺病常用熏洗法

第十二章 乳腺病的艾灸疗法

- 什么是艾灸疗法
- 乳腺病常用艾灸法

第十三章 乳腺病的饮食疗法

- 什么是食疗
- 乳腺病患者的饮食禁忌
- 乳腺病患者的饮食选择
- 乳腺病患者常用药膳

第十四章 乳腺病的运动疗法

什么是运动疗法

乳腺病常用运动疗法

第十五章 乳腺病的音乐疗法

什么是音乐疗法

乳腺病常用音乐疗法

第十六章 乳腺病患者的心理调护

什么是心理疗法

乳腺病患者的心理问题与心理调护

第十七章 常见乳腺病的预防

章节摘录

版权页：插图：4.病理检查，一方面表现为乳腺导管的囊性扩张，形成大小不等的囊肿；另一方面表现为导管上皮有不同程度的乳头状增生，小叶内和小叶间纤维组织也有不同程度的增生。5.利用钼靶X线或干板摄影、B超、热象图等辅助检测手段，必要时行肿块针吸细胞学检查及局部活体组织病理检查，以排除乳腺癌、乳腺纤维腺瘤等其他良、恶性乳腺疾病。

三、乳腺纤维腺瘤的诊断

1.本病好发于青年女性，以18~25岁最为常见。2.腺瘤多发生于一侧乳房，常为单发，且以乳房外上象限为多见。可无自觉症状，常在无意中发现乳房内球形肿块。3.肿块常呈圆形或卵圆形，大小不一，质地韧硬，表面光滑，界限清楚，活动度大，触之有滑动感，不与周围组织粘连，无疼痛和触痛，生长缓慢，不会化脓溃烂，与月经周期无关。4.B超可见圆形或卵圆形低回声结节，内部回声均匀，包膜完整，边界清晰，伴有侧方声影，后方回声增强。5.在乳房的钼靶X线片上，乳腺纤维腺瘤常表现为圆形或卵圆形密度均匀的阴影，有时可见圆形、圆圈、点状和小斑片状钙化灶，必要时可做肿块针吸细胞学检查或活组织病理检查，以最终明确诊断。

乳腺病的西医治疗

一、急性乳腺炎

对本病必须及早采取积极的治疗措施，避免炎症范围扩大，破坏更多的乳腺小叶组织，使病程延长，增加痛苦。

1.早期注意休息 患侧乳房应停止哺乳，但属乳汁淤积期的病人，可以继续哺乳。这时继续喂奶是很重要的，因为这可以疏通乳腺，此时的乳汁对孩子仍然是安全的。在喂奶之前，用热的湿毛巾敷在乳房上，继续给孩子喂奶，尤其是用疼痛的乳房喂奶，要让孩子张大嘴含住乳晕部分（乳头上发黑的部分）。在喂奶时，轻轻地按摩肿块，用手指从肿块向乳头方向按摩，这可以帮助疏通堵塞的乳腺。变换喂奶姿势可使乳汁从乳房的各个部分流出。如果无法喂奶，清洁乳头、乳晕后，可以用手或吸奶器把乳汁挤出来，使乳管通畅，防止淤积，因为保持乳汁的流动才能疏通堵塞的乳腺。同时，应穿宽松的衣服或用绷带、乳托将乳房托起。

2.终止促乳汁分泌的药物 口服己烯雌酚每次5毫克，每日3次，连用3日；也可肌注苯甲酸二醇，每次2毫克，每日1次，至收乳为止。急性乳腺炎应用大量维生素B6治疗，每次100毫克，每日3次，口服，能改善机体代谢，扩张血管，改善局部循环障碍，增强细胞对损伤的耐受力并引起乳汁减少。大量维生素B6治疗急性乳腺炎的优点有应用方便、廉价、疗程短、无毒副作用等。

《自我治疗乳腺病》

精彩短评

- 1、 给有乳腺病的女性一点希望的书,不管怎样试一试
- 2、 很不错啊，收益匪浅！很喜欢很喜欢！
- 3、 内容不错，看了以后放心多了
- 4、 不错不错不错不错不错啊~
- 5、 书大概翻了一下，蛮全面的，具体的还没看，收货日期写错了，这次发货蛮久的，不过书好就行了。
- 6、 还没开始看，适用于日常保健
- 7、 不错的礼物，觉得比送什么水果啊，花篮啊更有意义！
- 8、 各方面分析了，但是需要一段时间来实践，，，希望有用，还是比较详细的
- 9、 内容不过，图分析的很好！感觉良好！
- 10、 书写的很好，很实用，适合家庭使用
- 11、 书特别好，值得推荐。
- 12、 书很实用，我开始使用当中的方法。
- 13、 纸张比我想象中的差，另外一本高血脂的书打了折也是二十多，全彩页的，质量比这个强太多了，这本书至少打三折才对！
- 14、 珍惜自己的身体每一个地方!
- 15、 不错，挺有帮助的，还买了配套的书
- 16、 适合中药研究
- 17、 挺好，刚看了几页，写的挺细致
- 18、 书还不错，但总觉得不是正版，期待内容会有帮助吧

《自我治疗乳腺病》

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.tushu111.com