

# 《失眠奇效良方》

## 图书基本信息

书名：《失眠奇效良方》

13位ISBN编号：9787509137628

10位ISBN编号：7509137624

出版时间：2010-5

出版社：人民军医

作者：刘建桥 编

页数：262

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](http://www.tushu111.com)

# 《失眠奇效良方》

## 前言

自“奇效良方丛书”第1版第1批（15种）于2006年1月出版之后，陆续收到了不少反馈和建议；由于本丛书内容实用，使它受到了广大读者的信任和喜爱，市场销量也一路攀升。此后我们应广大读者的要求，陆续组织相关专业人员编写了第2批（7种）、第3批（4种），并已全部出版，全套丛书共计26本。丛书基本涵盖了各科常见的病种，其编写体例、内容实用、资料新颖均受到读者的肯定：各分册基本反映了中医药治疗某类疾病的概貌，使各种治疗方法荟萃于一炉，为读者朋友提供了良好的参考和便利。然而，随着时间的推移，本套书也需要作进一步的修正：某种疾病的治疗方法在临床上取得了新的进展，有待及时收录，此其一：原书所列的一些方法不够实用：比如按摩、针灸内容的过多，不便于非专业人士操作：书中方法过杂，不便于选择；有些药物方法不够实用，比如按摩、针灸的内容过多，不便于非专业人士操作；书中方法过杂，不便于选择。有些地方药物稀缺等问题。有鉴于此，我们选择了初版中读者反映良好的治验，重新编排整理，补充了最新的临床治疗进展，删减了部分方剂，减少了操作不便的方法，剔除大部分地方药，增加常用中药的介绍等。通过以上努力，以期使丛书内容更加紧凑、实用，便于参考、应用。如能对您的健康有帮助，我们将备感欣慰。

# 《失眠奇效良方》

## 内容概要

《失眠奇效良方(第2版)》是一本较为系统的总结运用中医药方法治疗失眠的临床参考书。全书介绍了治疗失眠的中药疗法、针灸疗法、耳针疗法及综合疗法等多种疗法，并且在第1版的基础上，新增了常用药物分析与经验选萃，使其更加实用，检索方便。《失眠奇效良方(第2版)》反映了近年来中医临床治疗失眠的新进展和新成果，内容翔实、易学易懂，适合中医临床、研究人员和中医院校学生学习参考，也可供广大患者及家属阅读。

# 《失眠奇效良方》

## 书籍目录

第1章 常用药分析与经验选萃 第一节 常用药物统计分析 药1 茯苓及茯神 药2 地黄 药3 酸枣仁 药4 龙骨 药5 白芍与赤芍 药6 人参类 药7 半夏 药8 黄连 药9 合 第二节 治疗经验选萃及索引 经验1 善用首乌藤 经验2 善用伤寒论“和法” 经验3 糖尿病与失眠同治 经验4 乙肝与失眠同治 经验5 营卫病机指导治疗 经验6 黄连温胆汤治顽固性失眠 经验7 补中益气汤治噩梦失眠 经验8 善用小方及地方药回心草 经验9 调气血为治疗关键 经验10 交泰丸治老年失眠 经验11 善用半夏桂附 经验12 针对肝郁应用四逆散 经验13 详解加味酸枣仁汤 经验14 善用清热化痰法 经验15 善用活血化瘀法 经验16 善用发泡疗法 经验17 善用八脉交会穴 经验18 善用透刺法 经验19 强调针刺手法 经验20 善用神门穴 经验21 善用电针配合中药 经验22 善用腹针 经验23 善用刮痧疗法 经验24 善用推拿手法 经验25 善用豹文刺配合火罐 经验26 善用埋线法 经验27 女性更年期失眠 经验28 老年失眠 经验29 工作紧张而致失眠 经验30 妇女更年期虚烦失眠 经验31 青壮年失眠 .....第2章 中药疗法第3章 针灸、耳针疗法第4章 综合疗法

## 《失眠奇效良方》

### 章节摘录

插图：生地黄：甘、苦，寒。归心、肝、肺经。功效清热凉血，养阴生津。本品甘寒质润，苦寒清热，入营分、血分，为清热凉血养阴生津之要药。热病伤津常与沙参、麦冬同用；内伤消渴，多与山药、黄芪配伍；大便燥结常与玄参、麦冬同用，如增液汤。熟地黄：甘，微温。归肝、肾经。功效补血滋阴，益精填髓。本品为补血要药。常用于血虚诸证，表现为血虚萎黄，眩晕，心悸失眠，月经不调，崩漏等。处方如四物汤，即以本品与当归、川芎、白芍同用，为补血调经基本方剂，用治上述证候，都可随证加减应用。另者本品为滋阴主药，常用于肾阴不足的潮热骨蒸、盗汗、遗精等病证。多与山茱萸、山药等同用，如六味地黄丸。与制何首乌、枸杞子、菟丝子等配伍，治疗肝肾精血亏虚的腰膝酸软，眩晕耳鸣，须发早白等。二者比较：两者均能滋补肝肾，然生地黄味苦性寒凉，善滋阴泄热，治阴虚火旺，骨蒸潮热，用之功胜熟地黄；且善清热凉血，为治热入营血证及血热出血证之佳品。而熟地黄性微温，纯甘不苦，功专补血滋阴，为治血虚、阴虚证之主药，其益精填髓之功远胜于生地黄。【用法用量】生地黄常用量以10~20g为主，热甚者重用至30g，个别作者的方剂中用到60g；如以鲜地黄代替生地黄，则用量加倍，或以鲜品捣汁入药；熟地黄常用量以10~20g为主，25~30g用量相对较少。使用时需注意，生地黄性寒而滞，脾虚湿滞腹满便溏者，不宜使用；熟地黄滋腻，脾胃虚弱，中满痰盛及食少便溏者慎用。

# 《失眠奇效良方》

## 编辑推荐

《失眠奇效良方(第2版)》：奇效良方丛书

# 《失眠奇效良方》

## 精彩短评

- 1、内容一般，事实证明心态好，少操心才是王道，其他都是浮云。病理性的失眠还是很少的。
- 2、赞扬，还不错
- 3、同类书中较好之一卒.值得一看.
- 4、方子很适用，对号入座吧
- 5、其中有些方子看了也不会随便去吃的，正规的还是要到医院看病。
- 6、这本书在中医手是本好书，普通人就很难辩证实治了。
- 7、商品还可以吧，但对于我来说只有一半适用，因为有一半是说针灸疗法，不太合用。
- 8、给我妈买的，正在调理验证中，内容不少~~
- 9、刚收到 还没来得及看呢 觉得很好

# 《失眠奇效良方》

## 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.tushu111.com](http://www.tushu111.com)