

消化不良

膈肌痉挛

腹胀

胃下垂

胃、十二指肠溃疡

慢性胃炎

急性肠炎

慢性肠炎

生活类畅销书

急性肝炎

慢性肝炎

肝硬化

脂肪肝

胆囊炎、胆石症

高血压病

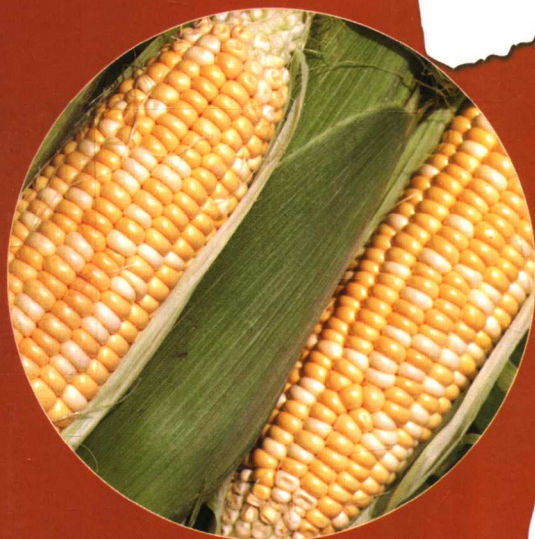
冠心病

高脂血症

精选粗粮 治病养生 555方

敏涛 主编

江西科学技术出版社



TS972.1
45

精选粗粮 治病养生 555方

敏 涛 主编

江苏工业学院图书馆
藏书章

敏 涛 梅 林 姚慧蓉
卿 时 文 林 华 编著

江西科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

精选粗粮治病养生 555 方/敏涛主编. —南昌:江西科学技术出版社, 2005. 5
ISBN 7-5390-2773-8

I. 精… II. 敏… III. 杂粮—食物疗法—食谱 IV. TS972.161

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 040827 号

国际互联网(Internet)地址:

[HTTP://WWW.NCU.EDU.CN](http://www.ncu.edu.cn); 800/

选题序号: KX2005056

赣科版图书代码: 05107-101

精选粗粮治病养生 555 方

敏涛主编

出版 发行	江西科学技术出版社
社址	南昌市蓼洲街 2 号附 1 号 邮编: 330009 电话: (0791) 6623341 6610326(传真)
印刷	南昌市红星印刷厂
经销	各地新华书店
开本	850mm × 1168mm 1/32
字数	175 千字
印张	7.125
印数	3000 册
版次	2005 年 10 月第 1 版 2005 年 10 月第 1 次印刷
书号	ISBN 7-5390-2773-8/TS·154
定价	10.00 元

(赣科版图书凡属印装错误,可向出版社发行部或承印厂调换)

目录

	第一章 概述
1	第一节 粗粮杂说
12	第二节 粗粮的营养
15	第三节 粗粮的保健价值
18	第四节 粗粮的吃法
21	第五节 粗粮的选购和贮藏
24	第六节 粗粮的食用禁忌
	第二章 粗粮治内科疾病
26	第一节 呼吸系统疾病
26	感冒
27	急性支气管炎



1
精选粗粮治病养生555方



28	慢性支气管炎
28	支气管哮喘
29	支气管扩张
30	肺炎
31	肺结核
32	第二节 消化系统疾病
32	消化不良
34	膈肌痉挛
34	腹胀
35	胃下垂
37	胃、十二指肠溃疡
37	慢性胃炎
38	急性肠炎
39	慢性肠炎
40	便秘

42	急性肝炎
43	慢性肝炎
45	肝硬化
46	脂肪肝
47	胆囊炎、胆石症
48	第三节 循环系统疾病
48	高血压病
50	冠心病
51	脑卒中
52	高脂血症
54	贫血
56	再生障碍性贫血
57	第四节 生殖、泌尿系统疾病
57	泌尿系感染
58	泌尿系结石





59	急性肾炎
60	慢性肾炎
62	尿血
63	失眠
64	勃起功能障碍
66	遗精
67	不射精
68	血精
69	早泄
70	少精症
71	不育症
72	前列腺炎
74	前列腺增生
75	阴茎异常勃起
75	第五节 神经、运动系统疾病

75	头痛
76	眩晕
76	甲状腺机能亢进
78	第六节 其他疾病
78	糖尿病
80	中毒
80	骨质疏松症
	第三章 粗粮治儿科疾病
82	百日咳
82	小儿感冒
83	小儿水痘
84	小儿夏季热
84	小儿咳嗽
85	小儿哮喘





86	小儿肺炎
86	小儿肺结核
87	小儿呕吐
88	小儿肝炎
89	小儿遗炎
90	小儿便秘
91	小儿腹泻
92	小儿痢疾
93	小儿腹痛
94	小儿厌食症
95	小儿疳积
96	小儿肾炎
97	小儿夜啼
98	小儿营养性贫血
99	小儿蛔虫病

100	小儿蛲虫病
100	小儿绦虫病
101	小儿急性结膜炎
102	小儿鼻出血
102	小儿扁桃体炎
103	小儿口疮
104	小儿营养不良
104	佝偻病
105	小儿自汗、盗汗
106	儿童多动症
	第四章 粗粮治妇科疾病
107	月经先期
107	月经后期
108	月经先后无定期





109	月经过多
110	月经过少
110	崩漏
111	闭经
112	痛经
113	经行乳房胀痛
113	经行头痛
114	经行口糜
114	经行失眠
115	经行情志异常
116	经行面部痤疮
117	经行风疹
117	经行吐衄
118	经行泄泻
119	经行浮肿

120	经行便血
121	经行尿感
121	经行身痛
122	经行眩晕
123	带下
124	妊娠呕吐
125	妊娠腹痛
125	妊娠腰痛
126	先兆流产
127	习惯性流产
128	胎死不下
128	妊娠水肿
129	妊娠泌尿系感染
130	妊娠便秘
130	妊娠咳嗽





131	胎儿宫内生长迟缓
132	妊娠失音
133	妊娠高血压综合征
134	围产期痔疾
134	产后恶露不下
135	产后子宫复旧不全
136	胎盘滞留
136	产后腹痛
137	产后贫血
138	产后发热
139	产后自汗、盗汗
140	产后身痛
140	产后头痛
141	产后咳喘
142	产后便秘

143	产后腹泻
143	产后缺乳
144	产后乳汁自出
145	乳房结核
145	急性乳腺炎
146	乳头皲裂
147	乳房湿疹
147	乳头溢液
148	乳腺纤维腺瘤
149	非特异性外阴炎
150	外阴溃疡
150	滴虫性阴道炎
151	念珠菌性阴道炎
151	老年性阴道炎
152	阴道前、后壁膨出





153	急性宫颈炎
154	慢性宫颈炎
155	子宫内膜异位症
155	子宫肌瘤
156	急性盆腔炎
156	慢性盆腔炎
158	生殖器结核
159	更年期综合征
160	不孕症
160	瘰疬
	第五章 粗粮治外科疾病
162	第一节 感染
162	疖
163	痈

163	第二节 皮肤病
163	痤疮
164	带状疱疹
165	寻常疣
165	扁平疣
166	湿疹
167	神经性皮炎
167	皮肤瘙痒症
168	毛囊炎
169	手足皲裂
169	第三节 直肠肛门疾病
169	疝气
170	痔疮
171	第四节 外科杂症
171	腰腿疼痛



172	淋巴结炎
第六章 粗粮治五官科疾病	
173	第一节 眼科疾病
173	结膜炎
174	青光眼
175	白内障
175	夜盲症
176	近视
177	第二节 耳部疾病
177	耳鸣耳聋
177	第三节 鼻部疾病
177	鼻出血
178	鼻炎
179	酒渣鼻