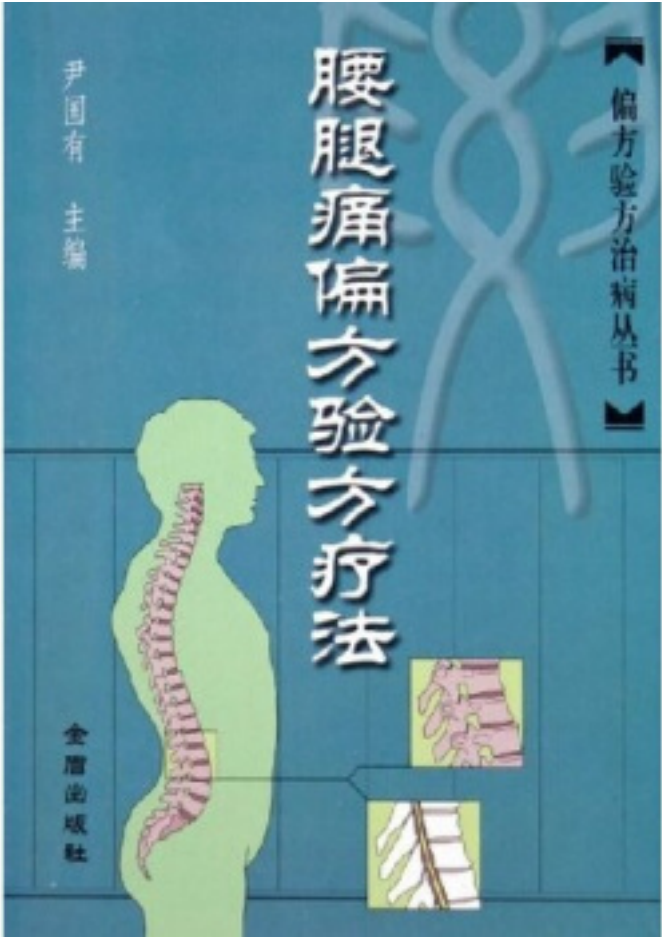


腰腿痛偏方验方疗法



[腰腿痛偏方验方疗法_下载链接1](#)

著者:尹国有 著

[腰腿痛偏方验方疗法_下载链接1](#)

标签

评论

好好好好好好好好好好好好

可以，试试看有没有用，书算可以

书很不错，快递很快，服务也很棒！

东西很好，价格也划算，物美价廉，一直都在京东买

vv哈哈胡姐姐快快快咔咔

好的好的?好的好的好的

老熟客了，东西还是一如既往的好，下次还来。

书质量一般，但性价比较高，反正就是闲着没事时看看。

质好！价优，物流快，好评！

有些书 一旦遇见 便一眼万年 有些心动 一旦开始 便覆水难收

正如内容简介所说,本书内容通俗易懂,所选方剂
疗效可靠、简便易行,适合广大腰腿痛患者及基层医务人员阅读参考。

[ZZ]写的的书都写得很好，[sm]还是朋友推荐我看的，后来就非非常喜欢，他的书了。

除了他的书，我和我家小孩还喜欢看郑渊洁、杨红樱、黄晓阳、小桥老树、王永杰、杨其铎、晓玲叮当、方洲，他们的书我觉得都写得很好。[SM]，很值得看，价格也非常便宜，比实体店买便宜好多还省车费。

书的内容直得一读[BJTJ]，阅读了一下，写得很好，[NRJJ]，内容也很丰富。[QY]，一本书多读几次，[SZ]。快递送货也很快。还送货上楼。非常好。

[SM]，超值。买书就来京东商城。价格还比别家便宜，还免邮费不错，速度还真是快而且都是正版书。[BJTJ]，买回来觉得还是非常值的。我喜欢看书，喜欢看各种各样的书，看的很杂，文学名著，流行小说都看，只要作者的文笔不是太差，总能让我从头到尾看完整本书。只不过很多时候是当成故事来看，看完了感叹一番也就丢下了。所在来这里买书是非常明智的。然而，目前社会上还有许多人被一些价值不大的东西所束缚，却自得其乐，还觉得很满足。经过几百年的探索和发展，人们对物质需求已不再迫切，但对于精神自由的需求却无端被抹杀了。总之，我认为现代人最缺乏的就是一种开阔进取，寻找最大自由的精神。

中国人讲“虚实相生，天人合一”的思想，“于空寂处见流行，于流行处见空寂”，从而获得对于“道”的体悟，“唯道集虚”。这在传统的艺术中得到了充分的体现，因此中国古代的绘画，提倡“留白”、“布白”，用空白来表现丰富多彩的想象空间和广博深广的人生意味，体现了包纳万物、吞吐一切的胸襟和情怀。让我得到了一种生活情趣和审美方式，伴着笔墨的清香，细细体味，那自由孤寂的灵魂，高尚清真的人格魅力，在寻求美的道路上指引着我，让我抛弃浮躁的世俗，向美学丛林的深处迈进。合上书，闭上眼，书的余香犹存，而我脑海里浮现的，是一个“皎皎明月，仙仙白云，鸿雁高翔，缀叶如雨”的冲淡清幽境界。愿我们身边多一些主教般光明的使者，有更多人能加入到助人为乐、见义勇为的队伍中来。社会需要这样的人，世界需要这样的人，只有这样我们才能创造我们的生活，[NRJJ]希望下次还呢继续购买这里的书籍，这里的书籍很好，非常的不错，。给我带来了不错的现实享受。希望下次还呢继续购买这里的书籍，这里的书籍很好，非常的不错，。给我带来了不错的现实享受。

很好的书籍很好的学习必备佳品，，，，希望宣传能给力的，能越做也好，下次还会在来的额，京东给了我不一样的生活，这本书籍给了我不一样的享受，体会到了购物的乐趣，让我深受体会啊。希望你能越做越好，成长有你有我大家一起来，很好的宝贝。

书不错，可以，正是我喜欢的书！书不错，可以，正是我喜欢的书！

很喜欢尹国有，他的每一本书几本上都有，这本腰腿痛偏方验方疗法很不错，本书以治疗腰腿痛的偏方、验方为中心，将临床常见的、以腰腿痛为突出表现的急性腰扭伤、慢性腰肌劳损、腰椎间盘突出症、腰椎骨质增生、强直性脊柱炎、坐骨神经痛、腰椎椎管狭窄症、类风湿性关节炎、老年性骨质疏松症等疾病，依次以概述、偏方治疗、验方治疗、验案举例4个方面进行了介绍。本书介绍了常见的9种腰腿痛疾病，重点推荐了治疗这些疾病的偏方147首，验方270首，并附有验案举例。内容通俗易懂，所选方剂疗效可靠、简便易行，适合广大腰腿痛患者及基层医务人员阅读参考。三、腰椎间盘突出症(一)概述腰椎间盘突出症是在腰椎间盘发生退行性病变的基础上，因负重或脊椎活动，使椎间盘受到急性或慢性损伤，导致纤维环破裂，髓核突出，刺激和压迫神经根、血管等周围组织，从而引起以腰腿痛为主要症状的病症。本病在临床中较为常见，其发病率约为门诊腰腿痛患者的15%，多为20-50岁之青壮年男性体力劳动者。腰椎间盘突出症以典型的腰痛及下肢放射性疼痛为特点，属中医学腰腿痛、痹证、腰痛等范畴。发病部位以腰4、腰5椎之间最多，腰5、骶1椎之间次之，腰3、腰4椎间少见。腰椎间盘突出性改变与外伤是腰椎间盘突出症发病的主要原因。中医多从肾虚立论，认为是与肾气不足及腰膝不坚有关，在肾虚的基础上发病。对本病的治疗，可采用中西药物、针灸、推拿、牵引等疗法，必要时可进行手术治疗。平时坚持体育锻炼，注意保护腰部，可预防或减少腰椎间盘突出症的发生。1. 发病原因腰椎间盘是由连接上、下椎面之间的软骨

板、中央的胶质样髓核和围绕周边的纤维环构成的椎体之间的压力缓冲垫，其具有一定的弹性，可缓冲震荡，并有利于关节的活动。人是直立行走的，腰椎间盘突出既承受着人体静态下的压力，又承受着由于生活、劳动时的各种姿势变化所造成的压力。随着年龄的增长，腰椎经常受到的挤压、扭转等应力的作用和轻微损伤的积累，腰椎间盘的纤维环和髓核便会逐渐发生退行性改变，其水分减少、弹性减退、脆性增加，一旦有外伤、劳累、腰部受凉等，便容易造成纤维环破裂和椎间盘髓核突出。人的年龄在30岁以上，椎间盘即开始发生退行性变，腰椎间盘突出症的发生也逐渐增多。所以，脊椎的退行性变化是腰椎间盘突出症发生的内在因素，而外伤、劳累及腰部受凉等为本病发生的外在原因。

2. 中医病机中医认为，腰椎间盘突出症的发生主要与肾虚有关。腰为肾之府，肾虚则腰痛，由于肾精亏损，不能濡养经脉，容易感受风寒湿邪，致使经脉受阻，气血运行不畅，从而出现腰痛、腰酸等症状。另外，跌仆闪挫，可致脉络损伤，气滞血瘀，会使络脉阻塞不通，也会发生腰部不适、疼痛等。肾虚者不但

这本书内容很好的书。书的质量好。。我喜欢

名家们秘验与绝招 好方子值得学习

有用的小偏方，妈妈喜欢

还行，，，，，，，，，，，，，，，，，，

楞伽经拍了两个吗，拍错了，好吧，拍错了

各有各的好啦，多一些了解

书是正版，内容丰富，适合阅读，便宜有用

很好。很满意。

学习学习

朋友的

看了看还行吧！！！！！！

这大概是我写的最短的一篇译后记。好的文字总是令人失语，伟大的作品更是令人心存敬畏，不敢多加评论。精彩如[SM]这样的小说，我辈只有如痴如醉地倾心捧读。最后一切真相大白，道布斯爵士给了“白茫茫一片大地真干净”的背景，平静优雅的语言，如我所料的结局，却有着震撼人心的力量。我一边把英文变成中文，一边无声地流下眼泪。这听起来也许很矫情，但这真是破天荒头一遭。翻译感人的爱情故事，我固然感动泫然，却并未浑身发抖不能自持；翻译与我的经历有切身关联的纪实作品，我固然激情满怀，却并未手脚冰凉震撼不已。但这本小说做到了。从头到尾，我见证了一个人，或一群人，他们形形色色，天壤之别，却因为对权力的共同追逐，进入无穷无尽的漩涡，或挣扎，或放任，最终要么出人头地享受风光无限，要么惨不忍睹遭受灭顶之灾。看上去弗朗西斯·厄克特似乎是唯一笑到最后的成功者，但我以一个小女子的浅薄试图去窥探他的内心，难道站在硕大的唐宁街首相办公室，独自一人看着窗外的景色，他不会痛苦，不会孤独？也许就像他自己所说的，“这就是政坛。”一路走来，他收获的是权力与掌声，丢失的呢？人性、情感、友谊与道德和良心。夜深人静时，他能安然入眠吗？回想过去时，他能坦然无畏吗？不知书中的弗朗西斯听到这番所谓的“陈词滥调”，是不是会微微一笑，用那双凛冽而深邃的蓝眼睛看着我，一字一句地说：“你可以这么说，但我不可能发表任何评论。”

诚然，一开始是因为对热播美剧[SM]和男主演凯文·史派西的崇拜，促使我接下这本书的翻译任务。甚至一开始还觉得书过于严肃，没那么吸引人。但后来我被作者优雅沉着而又引人入胜的表达紧紧抓住，到最终读完和译完这本书，有两点值得庆幸。一是这本书写于上个世纪八九十年代交替之时，所以，书中没有美剧里为了吸引观众眼球，而增添的那么多花里胡哨的人物和节外生枝的情节，一切都集中于弗朗西斯和几个主要角色身上，干脆利落，紧凑得没有半点多余的情节。整本书一气呵成，摄人心魄，令读者手不释卷。

二是原著是以英国政坛为背景，而且作者是真正在政坛摸爬滚打过的人。所以书中的权力倾轧和政治斗争比美剧更真实，更直接，更敏锐，更残酷。对我来说，这本书的翻译过程，也是更深入了解英国政体，了解其中权力纠葛的学习过程。

当然，从对“乌七八糟的英国政坛”所知寥寥到查阅资料，搜寻网络，翻译完这本书，加之自己水平有限，其中难免有错误和疏漏，还希望读者多多指正。在此也感谢编辑对我的帮助和鼓励，以及家人和朋友对我的支持。谢谢你们，给我温暖美好的爱，让我勇敢前行。

就像作者说的，请沉浸其中，好好享受。你会像我一样被震撼得哑口无言吗？这个嘛，你怎么说都行，“但我不可能发表任何评论”。

好

[腰腿痛偏方验方疗法_下载链接1](#)

书评

[腰腿痛偏方验方疗法_下载链接1](#)