

《拔罐.刮痧.按摩全集-中医健身实用疗法》

图书基本信息

书名：《拔罐.刮痧.按摩全集-中医健身实用疗法全解》

13位ISBN编号：9787504466402

10位ISBN编号：7504466409

出版时间：2010-1

出版社：中国商业

作者：琼芳

页数：268

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

《拔罐·刮痧·按摩全集-中医健身实用疗贰

前言

拔罐、刮痧、按摩是中医健身的集中重要实用疗法。它们不是人们想像的那样简单，因为人体的穴位有几百个，针灸、拔罐、刮痧和按摩的具体方法也有几百种，把握不好二者之一就会使疗效大打折扣。甚至会给自身或患者造成不良影响。例如，长久以来，穴位找不准主要是因为没有图例。或者手绘图例与人体实际有一定差距；为此，本书着手制作了真人实体穴位标注图，其准确性在此领域已具有较高水平。针对拔罐、刮痧、按摩等重要的治疗方法，本书做了详细解说，并且在具体治病的章节中简明地分出了这三种疗法各自施治的穴位和部位，以使读者轻松掌握施治的部位和方法。

本书分为上下篇，上篇是实用拔罐疗法。下篇是拔罐刮痧治百病。上篇主要讲述拔罐前的准备工作、拔罐疗法的种类、揭开刮痧的神秘面纱、刮痧工具的选择及操作、不同的部位不同的刮痧方法等内容。下篇包括内科常见病的拔罐刮痧法、外科常见病的刮痧术、皮肤科常见病的刮痧术、妇科神经系统常见病的刮痧术、儿科系统常见病的刮痧术、男科常见病的刮痧术、五官科常见病的拔罐法等内容。

《拔罐·刮痧·按摩全集-中医健身实用疗法》

内容概要

《拔罐·刮痧·按摩全集:中医健身实用疗法全解》内容深入浅出，言简意赅。详细、准确、系统地介绍了拔罐、刮痧、按摩疗法的知识和具体方法，使读者看过即可掌握。实为医务人员和广大患者的良师益友。相信《拔罐·刮痧·按摩全集:中医健身实用疗法全解》会对家庭保养、保健以及各种疾病的家庭治疗和护理等方面产生显著的功效和作用。

人体的穴位有几百个，拔罐、刮痧和按摩的具体方法也有几百种，把握不好二者之一就会使疗效大打折扣，甚至会给自身或患者造成不良影响。

《拔罐·刮痧·按摩全集:中医健身实用疗法全解》囊括了上述普遍而现实的问题，并组织专家组进行了仔细探讨，并作了合理的处理，其准确性在此领域已具有较高水平，使读者轻松掌握施治的部位和方法。

书籍目录

上篇 实用拔罐疗法第一章 全面认识拔罐疗法 1.拔罐疗法的发展简史 / 3 2.拔罐疗法的治疗原理 / 4 3.经络——拔罐的亲密伙伴 / 8 4.准确取穴有妙法 / 15 5.拔罐疗法的常用穴位 / 18第二章 拔罐前的准备工作 1.拔罐常用的五种工具 / 29 2.罐具准备有学问 / 31 3.拔罐的四大辅助用品 / 31 4.了解常用的拔罐体位 / 33 5.拔罐部位的清洗 / 33 6.拔罐的注意事项 / 34第三章 拔罐疗法的种类 1.火罐法 / 36 2.走罐法 / 38 3.水罐法 / 39 4.药罐法 / 41 5.抽气罐法 / 43 6.针罐法 / 44 7.起罐法 / 47 8.探秘拔罐后的皮肤反应 / 47第四章 揭开刮痧的神秘面纱 1.“痧”的概念 / 50 2.刮痧疗法的源流 / 51 3.刮痧疗法的原理 / 53 4.一起来认识“痧痕和痧象” / 63 5.掌握刮痧治病的三个关键 / 64 6.刮痧禁忌知多少 / 72第五章 刮痧工具的选择及操作 1.巧选刮痧板 / 73 2.认识刮痧介质 / 74 3.刮痧时的常用体位 / 75 4.刮痧疗法的种类 / 76 5.掌握刮痧术的操作规程 / 79第六章 不同的部位不同的刮痧方法 1.头部刮痧法 / 81 2.面部刮痧法 / 82 3.颈部刮痧法 / 82 4.背部刮痧法 / 83 5.胸部刮痧法 / 84 6.腹部刮痧法 / 84 7.四肢刮痧法 / 85 8.膝关节刮痧法 / 86 下篇 拔罐刮痧治百病第一章 内科常见病的拔罐刮痧法 感冒 / 89 支气管炎 / 91 支气管哮喘 / 95 肺炎 / 99 恶心、呕吐 / 101 急性胃肠炎 / 102 消化性溃疡 / 104 胃下垂 / 105 细菌性痢疾 / 107 慢性肝炎 / 109 便秘 / 110 高血压病 / 113 低血压症 / 116 心律失常 / 117 慢性肾炎 / 119 泌尿系感染 / 121 糖尿病 / 122 肥胖症 / 124 偏头痛 / 125 三叉神经痛 / 128 面神经麻痹 / 129 肋间神经痛 / 131 神经衰弱 / 132 失眠 / 34第二章 外科常见病的刮痧术 落枕 / 137 颈椎病 / 140 肩周炎 / 142 肋软骨炎 / 145 网球肘 / 146 急性腰扭伤 / 148 腰肌劳损 / 150 腰椎间盘突出症 / 153 坐骨神经痛 / 156 类风湿性关节炎 / 157 腓肠肌痉挛 / 159 踝关节扭伤 / 160 跟痛症 / 161 痔疮 / 162 脱肛 / 164第三章 皮肤科常见病的刮痧术 痤疮 / 167 荨麻疹 / 170 带状疱疹 / 173 白癜风 / 176 神经性皮炎 / 179 湿疹 / 181 黄褐斑 / 184 风疹 / 186 皮肤瘙痒症 / 188 斑秃 / 190 银屑病 / 192第四章 妇科神经系统常见病的刮痧术 月经不调 / 196 痛经 / 200 闭经 / 204 带下病 / 207 盆腔炎 / 209 子宫脱垂 / 211 妊娠呕吐 / 213 产后缺乳 / 215 乳腺炎 / 217 不孕症 / 219 更年期综合征 / 221第五章 儿科系统常见病的刮痧术 小儿泄泻 / 223 小儿遗尿 / 227 小儿高热 / 229 小儿肺炎 / 230 百日咳 / 232 小儿疳积 / 234 小儿厌食 / 235第六章 男科常见病的刮痧术 前列腺炎 / 239 阳痿 / 240 遗精 / 243 早泄 / 244 男性不育症 / 246第七章 五官科常见病的拔罐法 近视 / 248 青光眼 / 249 白内障 / 251 睑腺炎 / 253 视神经萎缩 / 255 急性结膜炎 / 257 耳鸣 / 259 鼻出血 / 260 慢性鼻炎 / 262 过敏性鼻炎 / 263 牙痛 / 265 复发性口腔溃疡 / 267

章节摘录

上篇 实用拔罐疗法 第一章 全面认识拔罐疗法 1.拔罐疗法的发展简史 拔罐疗法是中医学的一个重要组成部分，是我国最古老的一种治病方法。俗话说：“针灸拔罐。病好一半。”可见拔罐疗法的作用是不可低估的。它是以各种罐为工具，利用燃烧、抽气等方法，排除罐内空气，造成罐内负压，使其吸附于人体一定部位以调节经络功能、治疗疾病的一种外治方法。拔罐疗法是我国古代劳动人民在同疾病长期斗争的过程中积累起来的宝贵经验，有着悠久的历史。拔罐疗法早期被称为“角法”或“角吸法”，最早记载于我国现存的医学文献《五十二病方》。公元281~361年，晋代葛洪著的《肘后方》中也有角法治疗的论述。角法是用兽角为工具（如牛角、羊角等），因将兽角磨成有孔的筒状而得名。书中有用制成罐状的兽角拔脓血以治疗疮脓肿的记载。公元755年，唐代王焘著的《外台秘要》中，记载了用竹筒煮罐治病和刺血拔罐等疗法治疗痈疮。其后，宋代的苏轼和沈括所著《苏沈良方》，描述了火筒法治疗久咳的方法。《太平圣惠方》中明确记载了关于角法治疗痈疽的方法，并且阐明了其适应症和禁忌症。到了明清，拔罐疗法有了更大的发展。明代陈实功著《外科正宗》，有煮拔筒方；刘渊然著《济急仙方》有竹筒吸毒法。清代赵学敏在《本草纲目拾遗》中有陶罐治疗风寒头痛及眩晕、风痹等的详尽记载，并介绍了火罐的出处、形状、适应证、操作方法等。吴谦的《医宗金鉴》则记载了火罐配合中药、针刺治疗痈疽等，并首次提出把辨证用药和罐法紧密结合的主张。

编辑推荐

《拔罐·刮痧·按摩全集：中医健身实用疗法全解》是一部包治百病的精品中医专著。中医保健新时代，开拓了另一个新的健康领域。拔罐最棒的功能就是它的引血功能。如想补肾，就光在肾俞穴拔罐；补胃呢，就在中脘和足三里拔罐。刮痧是将粘着在血管壁的瘀血清除到血管外，然后再经血液重新吸收入血管。经过全身的循环，将刮出的废物从尿液排出。刮痧会加速血液循环，对心脏是很好的锻炼。按摩一定要找准经络，离穴不离经就行。如果肚子上压着痛，你要看痛点压在什么经上，然后就按摩腿上相应经络的穴位就行了。

《拔罐.刮痧.按摩全集-中医健身实用疗贰

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