

<<穴位治病看这本就够>>

图书基本信息

书名：<<穴位治病看这本就够>>

13位ISBN编号：9787122129345

10位ISBN编号：7122129349

出版时间：2012-3

出版时间：化学工业出版社

作者：段学忠 主编

页数：256

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：<http://www.tushu007.com>

## <<穴位治病看这本就够>>

### 前言

博大精深的祖国医学有许多独特的治疗方法，如按摩、刮痧、拔罐、艾灸等，它们都是通过刺激体表穴位以调整脏腑功能来达到防病治病的目的，这类疗法被称为“绿色疗法”。

在使用安全、疗效确切的前提下，这些方法对疗效欠佳的慢性病、疑难病也能收到意想不到的效果，如哮喘、头痛、中风后遗症、健忘、失眠、黄褐斑等。

我们以中医按摩疗法为例，长时间的实践证明，按摩疗法既可治疗疾病，又可保健强身，延年益寿。对普通人来说，它操作简单、见效快、疗效高、安全可靠、保健效果好，能达到不花钱或少花钱就可治病保健的目的。

是中医民间疗法精华之一。

同样，刮痧、拔罐、艾灸疗法也与中医按摩疗法一样，取材方便、方法简单、费用低廉，能满足广大家庭自我保健、治疗疾病的需要，因此它们能够长期在民间广泛流传与应用。

本书是一本专门为老百姓准备的家庭中医疗法工具书，书中首先对按摩、刮痧、拔罐、艾灸疗法的含义、作用机制、操作、适应证和禁忌证、注意事项等做清晰介绍，随后特别挑选中老年人常见病症，提供相应的按摩、刮痧、拔罐、艾灸等中医治疗方法。

为了让读者朋友们阅读更加方便，针对每种治疗方法所需要的穴位，我们都配有清晰的图片演示与图注，即使您对穴位知识知之不多，只要按图索骥，也会一目了然。

同时，对每种治疗方法，分步骤讲解，每一步都有配图，这样读者翻开此书，不用再借助其他手段就可迅速掌握，是一本在手，特色疗法全都有。

## <<穴位治病看这本就够>>

### 内容概要

按摩、刮痧、拔罐、艾灸四种方法随意选择。

《穴位治病看这本就够》是一本专门为老百姓准备的家庭中医疗法工具书，《穴位治病看这本就够》首先对按摩、刮痧、拔罐、艾灸疗法的含义、作用机制、操作、适应证和禁忌证、注意事项等做了清晰介绍，随后特别挑选生活中常见病症，提供相应的按摩、刮痧、拔罐、艾灸等中医治疗方法，操作方法简单易学，即便是不懂医学的人也能轻松操作。

## <<穴位治病看这本就够>>

### 作者简介

段学忠，小医药学博士，解放军济南军区总医院小医科主任，教授，主任医师，硕士生导师济南军区小医药学学科专业带头人，擅长诊治疑难杂症，如肝炎、关节炎，支气管哮喘，冠心病，脑血管病、肾炎，泌尿道感染，肾性高血压、尿毒症等。

曾获得军队科技进步奖3项，在国内，外期刊发表论文30余篇，主持写作出版《常见病中药处方手册》、《白病取穴速查图册》等10余部畅销书。

## <<穴位治病看这本就够>>

### 书籍目录

#### 第一章 走进传统自然疗法

祖先留给我们的养生祛病秘方——按摩、刮痧、拔罐、艾灸

按摩：中医最方便的治疗方法

刮痧：中医最早的治疗方法

拔罐：备受推崇的实用疗法

艾灸：植根于民间的传统疗法

按摩——为健康保驾护航

按摩祛病的奥妙

按摩手法

按摩辅助工具及注意事项

按摩的适应证和禁忌证

刮痧——呵护您的五脏六腑

刮痧的治病原理

刮痧的手法及辅助工具

刮痧后的不同反应代表不同的健康状态

注意事项要牢记

拔罐——拔出病痛一身轻

常用的拔罐方法

拔罐为什么可以治病

罐印所代表的健康状况

注意事项不可违

拔罐后的护理

艾灸——让疾病无所遁形

常用的艾灸方法

施灸的顺序

艾灸的治疗原理

怎样从灸感判断病症痊愈程度

艾灸的适应证、禁忌证

施灸时的注意事项

灸后护理

#### 第二章 中老年慢性病祛病方法

糖尿病

高血压

高血脂

哮喘

慢性支气管炎

失眠

冠心病

肩周炎

颈椎病

老年骨质疏松

风湿性关节炎

足跟痛

中风后遗症

尿失禁

<<穴位治病看这本就够>>

消化不良  
健忘  
痔疮  
青光眼  
老年性白内障  
前列腺肥大  
耳鸣  
慢性胆囊炎  
慢性肝炎  
脂肪肝  
第三章 常见病祛病方法  
感冒  
头痛  
慢性鼻炎  
慢性咽炎  
肥胖症  
心律失常  
肺炎  
低血压  
腹胀  
腹泻  
慢性阑尾炎  
打嗝  
胃炎  
胃下垂  
牙痛  
便秘  
神经衰弱  
落枕  
膝关节痛  
小腿抽筋  
坐骨神经痛  
急性腰扭伤  
痤疮  
黄褐斑  
痛经  
慢性盆腔炎  
乳腺炎  
第三章 日常保健养生法  
清脑宁神  
壮腰强肾  
益气养肺  
调理脾胃  
缓解压力和疲劳  
增强免疫力

<<穴位治病看这本就够>>

章节摘录

版权页：插图：

## <<穴位治病看这本就够>>

### 编辑推荐

《穴位治病看这本就够》编辑推荐：从皮肤作用于脏腑的通经活络疗法，清除人体代谢废物的防病祛病疗法，深入腠理引导气血运行的扶正祛邪疗法，温通气血、温阳补气的调养身体方法。中老年慢性病祛病方法、生活中常见病祛病方法、小病小恙祛病方法。按摩、刮痧、拔罐、艾灸四中方法随意选择，有病治病，无病强身。



<<穴位治病看这本就够>>

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:<http://www.tushu007.com>