

<<小小刮痧保健康>>

图书基本信息

书名：<<小小刮痧保健康>>

13位ISBN编号：9787509113646

10位ISBN编号：7509113644

出版时间：2008-1

出版时间：人民军医出版社

作者：郭梅,孟小东

页数：186

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>

## <<小小刮痧保健康>>

### 内容概要

刮痧疗法属中医外治法之一，是通过施治于人体之体表皮部来达到治病的目的。

《小小刮痧保健康》介绍了刮痧疗法的理论依据、作用机制及功用，刮痧治病的三个关键，刮痧疗法的适应证与禁忌证，经络与常用刺激部位、穴位及主治，刮痧疗法应用的检查方法，刮具与刮法，操作方法等。

详细介绍了各种常见内科疾病、儿科疾病、妇科疾病、外科疾病、皮肤科疾病、眼科疾病、耳鼻咽喉科疾病的刮痧疗法，以及刮痧美容法。

本书图文并茂，深入浅出，易学易懂，是广大家庭防病治病、保健养生、强身健体、美容美体的必备用书。

## &lt;&lt;小小刮痧保健康&gt;&gt;

## 书籍目录

总论一、刮痧疗法和“痧”的含义二、刮痧疗法的源流三、刮痧疗法的理论依据、作用机制及功用（一）理论依据（二）作用机制（三）功用四、刮痧治病的三个关键（一）刺激的手法和补泻（二）刺激的部位和刺激点（三）刺激的时机与取穴多少及治疗间隔五、刮痧疗法的适应证与禁忌证（一）适应证（二）禁忌证六、经络与常用刺激部位、穴位及主治（一）经络概述（二）腧穴部位与主治（三）特定穴的作用与应用（四）特定刺激部位（五）常用穴位与主治（六）患者体位（七）取穴方法（八）选穴配方原则七、刮痧疗法应用的检查方法（一）概述（二）检查方法的理论依据（三）检查时患者的体位（四）检查方法八、刮具与刮法（一）刮具（二）介质（三）刮痧疗法的种类（四）刮具和刮法的选择原则九、操作方法（一）刮痧的手法要求（二）术前准备工作（三）操作方法与要求（四）刮痧顺序与方向（五）刮痧手法（六）刮痧时限与疗程（七）刮痧后的处理十、刮痧疗法的优点与注意事项（一）优点（二）注意事项各论十一、内科疾病1. 急性上呼吸道感染2. 头痛3. 二义神经痛4. 急性气管炎和支气管炎5. 支气管哮喘6. 肺气肿7. 肺结核8. 肺炎9. 中暑10. 疟疾11. 呕吐12. 胃痛13. 胃及十二指肠溃疡14. 胃下垂15. 急性胃炎16. 慢性结肠炎17. 腹痛18. 便秘19. 胆囊炎、胆石症20. 眩晕21. 高血压病22. 冠心病23. 风湿性心瓣膜病24. 心律失常25. 再生障碍性贫血26. 白细胞减少症27. 急性肾炎28. 慢性肾炎29. 尿道炎30. 膀胱炎31. 泌尿系结石32. 慢性前列腺炎33. 前列腺肥大34. 阳痿35. 遗精36. 甲状腺功能亢进37. 糖尿病38. 肥胖症39. 慢性阑尾炎40. 慢性胰腺炎41. 自汗、盗汗42. 脑动脉硬化43. 失眠44. 神经衰弱45. 嗜睡46. 痹病47. 坐骨神经痛48. 肋间神经痛49. 腰痛十二、儿科疾病1. 小儿高热惊厥2. 小儿腹泻3. 小儿遗尿4. 小儿厌食症5. 小儿佝偻病6. 小儿便秘十三、妇科疾病1. 月经不调2. 痛经3. 崩漏4. 闭经5. 带下6. 产后缺乳7. 产后腹痛8. 产后发热9. 产后便秘10. 更年期综合症11. 慢性盆腔炎12. 女性不孕症13. 乳腺炎14. 乳腺增生15. 外阴瘙痒十四、外科疾病1. 落枕2. 颈椎病3. 腰椎间盘突出症4. 腰肌劳损5. 急性腰扭伤6. 踝关节扭伤7. 血栓闭塞性脉管炎8. 肩周炎十五、皮肤科疾病1. 湿疹2. 带状疱疹3. 荨麻疹4. 神经性皮炎5. 过敏性紫癜6. 痤疮7. 雀斑8. 黄褐斑9. 寻常性鱼鳞病10. 皮肤瘙痒症十六、眼科疾病1. 睑腺炎（麦粒肿）2. 急性卡他性结膜炎3. 慢性卡他性结膜炎4. 泪溢症5. 近视7. 老年性白内障8. 急性闭角型青光眼9. 视神经萎缩10. 上睑下垂十七、耳鼻咽喉科疾病1. 耳聋2. 急性化脓性中耳炎3. 慢性化脓性中耳炎4. 耳鸣5. 急性鼻炎6. 慢性鼻炎7. 萎缩性鼻炎8. 急性扁桃体炎9. 慢性扁桃体炎10. 急性喉炎11. 慢性喉炎12. 梅核气13. 龋齿14. 复发性口腔溃疡十八、刮痧美容法（一）头顶、脑后部（二）额颅太阳部（三）面部（四）前颈后项部（五）美丽提示

## &lt;&lt;小小刮痧保健康&gt;&gt;

## 章节摘录

一、刮痧疗法和“痧”的含义 刮痧疗法（scrapping therapy）就是利用一定的工具，或苕麻、棉纱线团，或铜钱银元，或瓷碗、瓷调羹，或小蚌壳，或檀香木板、沉香木板，或木梳背，或水牛角板，以及盐、姜等，蘸上水或香油或润滑剂之类，在人体某一部位的皮肤上进行刮摩，使皮肤潮红充血，呈现一块块或一片片的紫红色的斑点为止，以达到预防疾病和治疗疾病的目的。

刮痧疗法在民间开始用来治疗痧证，故称“刮痧”。

其实，刮痧非只治痧证，而是可治疗内外科许多疾病。

其实“痧”的含义有两个：一是指病理性（阳性反应）反应的“痧”，即所谓的“痧象”；二是指刮痧刺激后反应的“痧”，即所谓的“痧痕”。

但二者“痧”的形、色又有区别。

因此，有必要先加以说明，而不致引起认识上的混乱和模糊。

先讲病理性反应的痧象。

“痧”是民间的习惯叫法。

一方面是指“痧”疹征象，即皮肤出现红点如粟，以手指触摸皮肤，稍有阻碍的疹点，或病理性阳性反应物。

清代叶桂在《临证指南医案》中说：“痧者，疹之俗称，有头，粒如粟。

”描述的是疾病在发展变化过程中，反映在体表皮肤上的一种表现；另一方面，是指痧证，又称“痧胀”和“痧气”。

《重订广温热论》中提到：“夏秋空气最浊，水土郁蒸之气触人”。

是指人感受到了而发病，发于夏季的，叫霉雨蒸；发于秋季的叫桂花蒸，都是水土秽气杂合而引起的。

这类病就是发痧。

临床上会出现“痧证”的症状，它不是一个独立的病，而是一种毒性反应的临床综合征。

临床上许多疾病都可以出现痧象，痧是许多疾病的共同表现，故有“百病皆可发痧”的说法。

民间所说的发痧是广义的，包括的病证很多，因此民间常用刮痧法来治疗发痧一类疾病，这是因为人体受外来风寒或不正之气（时疫）侵袭后，会使腠理（皮肤的纹理）致密坚固，使外邪郁积在体内，阳气不得宣通透泄而致病。

古人认为，痧证主要是由风、湿、火之气相搏而为病。

天有八风之邪，地有湿热之气，人有饥饱劳逸。

一年四季都有发生痧证的可能，但以夏、秋季最为多见，春季次之，冬季很少见。

痧证的主要特征有二：一是痧点；二是酸胀感。

根据痾隋轻重，临床表现可分为一般表现和急重表现。

.....

## <<小小刮痧保健康>>

### 编辑推荐

刮痧疗法的理论依据、作用机制及功用，刮痧治病的三个关键，刮痧疗法的适应证与禁忌证，经络与常用刺激部位、穴位及主治，各种常见病的刮痧疗法，刮痧美容法。

中国传统医学中最早的保健和治疗方法，大多数都是物理的、自然的、非药物的方法，如针灸、按摩、导引、热敷、拔罐等，刮痧是这些自然疗法中的一个重要组成部分。

刮痧疗法是利用边缘润滑物体（即刮具），或手指、或针具有体表一定的部位或穴位上施以反复的刮拭、提捏、挑刺、揪挤等手法，使皮肤出现片状或点片状瘀血反应（即痧痕），以达到疏通经络、扶正祛邪、调整脏腑功能、排毒、退热镇痉、开窍醒神、祛除疾病目的的一种物理性的外治疗法。

《小小刮痧保健康》介绍刮痧的手法、部位、时机、适应证、禁忌证、常用刺激部位和穴位、取穴方法、选穴配方原则，各种常见疾病的刮痧治疗方法。

<<小小刮痧保健康>>

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>