

<<图解针灸美容.图解针灸系列丛书>>

图书基本信息

书名：<<图解针灸美容.图解针灸系列丛书>>

13位ISBN编号：9787509125403

10位ISBN编号：7509125405

出版时间：2009-3

出版时间：人民军医出版社

作者：郭长青，曹榕娟 主编

页数：260

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>

## 前言

针灸学是中医学的重要组成部分，已成为世界医学的一部分。

针灸美容就是运用针刺、艾灸方法，补益脏腑，消肿散结，调理气血，从而减轻或消除影响容貌的某些生理或病理性疾病，达到强身健体、延缓衰老、美容益颜的效果。

临床上用针灸方法疏通经络，行气活血，维持人体各部分功能活动的协调和相对平衡，使人体气机升降出入有序。

而气机是气的根本运动形式，气机正常，人的生命活动就正常。

中医认为，五脏藏精而不泻，六腑传导而不藏，通过经络、穴位调理脏腑功能，做到收藏有节，使精血各有所藏，精足而养，才能精足而化气。

中医理论把颜面气色、性格情志和脏腑功能作为一个整体来看待，即面色本身可以反映人体脏腑功能以及性格特征，这也是中医针灸用于驻颜美容的原理所在。

通过刺激面部经络腧穴，可以使局部组胺和乙酰胆碱等神经递质增加，刺激血管扩张，促进血液循环、淋巴循环，增加局部营养供应，给皮肤各层组织补充充足的营养和水分，达到祛病养颜、保健美容的效果。

针刺还能促进局部肌肉收缩，增强肌肉弹性，预防肌肉松弛，防止皱纹产生。

同时针刺对于皮肤的状态具有双向调节作用，通过神经的调节，既能抑制皮脂腺分泌，减少皮肤油腻，又可以促进油脂分泌，防止皮肤干燥，使皮肤处于健康、正常的生理状态。

## 内容概要

本书是北京中医药大学针灸学院专家经几十年的潜心研究和临床摸索，总结出一套针灸美容方法，获得了显著的临床效果。

全书分为5章，主要介绍中医针灸对美容的认识、针灸美容方法、损美性病症针灸治疗等。并附340余幅图，图文结合、实用性强，是学习和掌握针灸美容最具特色的参考书。

本书主要适合从事中医、针灸临床、教学、科研工作的人员及中医爱好者。

## 作者简介

郭长青，教授，主任医师。

博士生导师，现任北京中医药大学针灸学院针灸基础系主任，中国针灸协会针灸文献专业委员会常务理事、副秘书长，中华中医药协会针刀医学分会常务理事、副秘书长，北京针灸现代研究专业委员会委员。

曾在西班牙、韩国、波兰、新加坡讲学。

主持国家“973”项目课题1项，参加国家“973”项目课题、攻关课题各1项，主持国家中医药管理局课题2项。

已发表研究论文30余篇，主编专著32部。

## 书籍目录

第1章 针灸美容概述 第一节 针灸美容原理 第二节 针灸美容治法 第三节 人体经络与美容第2章 针灸美容腧穴 第一节 针灸美容腧穴定位法 一、针灸美容腧穴骨度分寸法 二、针灸美容腧穴体表标志法 三、针灸美容腧穴手指比量法 四、针灸美容腧穴简易取穴法 第二节 手太阴肺经美容经穴 尺泽 孔最 列缺 经渠 太渊 鱼际 少商 第三节 手阳明大肠经美容经穴 商阳 二间 三间 合谷 偏历 手三里 曲池 手五里 臂臑 口禾 胶 迎香 第四节 足阳明胃经美容经穴 承泣 四白 巨髎 地仓 大迎 颊车 下关 头维 梁门 关门 太乙 天枢 水道 归来 足三里 上巨虚 下巨虚 丰隆 内庭 厉兑 第五节 足太阴脾经美容经穴 隐白 大都 太白 三阴交 漏谷 地机 阴陵泉 血海 大横 大包 第六节 手少阴心经美容经穴 少海 通里 阴郄 神门 少府 少冲 第七节 手太阳小肠经美容经穴 后溪 支正 颧髎 听宫 第八节 足太阳膀胱经美容经穴 睛明 攒竹 天柱 风门 肺俞 厥阴俞 心俞 膈俞 肝俞 胆俞 脾俞 胃俞 三焦俞 肾俞 气海俞 大肠俞 关元俞 委中 膏肓 阳纲 承山 昆仑 第九节 足少阴肾经美容经穴 涌泉 太溪 照海 复溜 阴谷 横骨 育俞 第十节 手厥阴心包经美容经穴 曲泽 间使 内关 大陵 劳宫 第十一节 手少阳三焦经美容经穴 外关 支沟 翳风 角孙 耳门 耳和髎 第十二节 足少阳胆经美容经穴 瞳子髎 本神 阳白 风池 带脉 风市 阳陵泉 光明 足临泣 侠溪 第十三节 足厥阴肝经美容经穴 行间 太冲 曲泉 第十四节 督脉经美容经穴 腰俞 命门 神道 大椎 百会 上星 水沟 第十五节 任脉经美容经穴 曲骨 中极 关元 石门 气海 神阙 水分 下脘 建里 中脘 上脘 膻中 天突 廉泉 承浆 第十六节 经外奇穴美容穴 四神聪 印堂 鱼腰 太阳 迎香 牵正 夹承浆 耳尖 翳明 安眠 脐中 四边 颈百劳 夹脊 腰眼 胆囊穴第3章 针灸美容法 第一节 毫针美容 一、毫针的构成 二、毫针的规格 三、毫针的选择 四、毫针操作基本功 五、毫针基本操作技术 六、针刺异常情况 第二节 灸法美容 一、艾绒制品 二、艾炷灸法 三、艾条灸法 四、温针灸法 五、温灸器灸法 六、艾灸法注意事项 第三节 拔罐美容 一、常用罐具 二、操作方法 三、临床应用 四、启罐方法 第四节 耳针美容 一、耳针刺刺激部位 二、耳针操作技术 三、耳针临床应用 第五节 三棱针美容 一、针具 二、操作方法 三、临床应用 第六节 皮肤针美容 一、针具 二、操作方法 三、临床应用 第七节 皮内针美容 一、针具 二、操作方法 三、临床应用 第八节 火针刺法 一、针具 二、操作方法 三、临床应用 第九节 电针美容 一、电针仪器 二、操作方法 三、注意事项第4章 损容性病症针灸治疗 第一节 眼袋针灸治疗 一、概述 二、辨证施刺 三、预防 第二节 口臭针灸治疗 一、概述 二、辨证施刺 三、同病异法 四、预防 第三节 面黑针灸治疗 一、概述 二、辨证施刺 三、同病异法 四、预防 第四节 皱纹针灸治疗 一、概述 二、辨证施刺 三、同病异法 四、预防 第五节 多毛针灸治疗 一、概述 二、辨证施刺 三、同病异法 四、预防 第六节 脱发针灸治疗 一、概述 二、辨证施刺 三、同病异法 四、预防 第七节 黑眼圈针灸治疗 一、概述 二、辨证施刺 三、饮食起居第5章 损容性疾病针灸治疗 第一节 头面疖肿针灸治疗 一、概述 二、辨证施刺 三、同病异法 四、预防 第二节 颜面疔疮针灸治疗 一、概述 二、辨证施刺 三、同病异法 四、预防 第三节 痤疮针灸治疗 一、概述 二、辨证施刺 三、同病异法 四、预防 第四节 黄褐斑针灸治疗 一、概述 二、病因病机 三、辨证施刺 四、同病异法 五、预防 第五节 雀斑针灸治疗 一、概述 二、辨证施刺 三、同病异法 四、预防 五、现代研究 第六节 毛囊炎针灸治疗 一、概述 二、辨证施刺 三、同病异法 四、预防 第七节 头癣针灸治疗 一、概述 二、辨证施刺 三、同病异法 四、预防 第八节 神经性皮炎针灸治疗 一、概述 二、辨证施刺 三、同病异法 四、预防 第九节 斑秃针灸治疗 一、概述 二、辨证施刺 三、同病异法 四、预防 第十节 扁平疣针灸治疗 一、概述 二、辨证施刺 三、同病异法 四、预防 第十一节 寻常疣针灸治疗 一、概述 二、辨证施刺 三、预防 第十二节 荨麻疹针灸治疗 一、概述 二、辨证施刺 三、同病异法 四、预防 第十三节 皮脂溢出针灸治疗 一、概述 二、辨证施刺 三、饮食起居 第十四节 脂溢性皮炎针灸治疗 一、概述 二、辨证施刺 三、饮食起居 第十五节 化妆品皮炎针灸治疗 一、概述 二、辨证施刺 三、饮食起居 四、预防 第十六节 面神经麻痹针灸治疗 一、概述 二、辨证施刺 三、同病异法 四、预防 第十七节 面肌痉挛针灸治疗 一、概述 二、辨证施刺 三、同病异法 四、预防

## 章节摘录

插图：第一节 针灸美容原理人体经络沟通脏腑、皮肉筋骨、五官九窍、四肢百骸，使其成为统一的整体。

同时经络系统运行气血，营养周身，维持人体正常的生理活动，保持身体健康。

而当人体发生病变时，经络就成为传递病邪和反映病变的途径，可引起损容性疾病。

此时，刺激相关经络的穴位，将疏通经气，祛除病邪，调节脏腑功能，恢复人体阴阳平衡，消除损容性因素，达到健美的目的。

针灸有调和阴阳、扶正祛邪、疏通经络的作用。

1.调和阴阳正常情况下，人体保持着阴阳相对平衡，如果阴阳的平衡遭到破坏，就会发生偏盛偏衰，而导致损容性疾病的发生。

针灸可以根据证候的属性来调节阴阳的偏盛偏衰，使机体恢复阴阳的平衡，使损容性疾病达到治疗目的。

针灸调和阴阳的作用，基本上是通过经络、腧穴配伍和腧穴刺激等方法来完成的。

2.扶正祛邪损容性疾病的发生、发展及其转归的过程，是正气与邪气相互对抗的结果。

如果正气旺盛，邪气就不足以致病。

假使正气虚弱，邪气就会乘虚侵入而致病。

如正气不足，络脉空虚，风寒、风热之邪，侵袭面部筋脉，以致气血阻滞，肌肉纵缓不收而成面瘫。

针灸可以通过祛风散寒或清热，扶正通络，而达到治疗目的。

针灸治疗损容性疾病，就在于能够发挥其扶正祛邪的作用。

3.疏通经络人体的经络组成了气血循环的通道，它们“内溉脏腑，外濡腠理”，维持着正常的生理功能。

如果外邪侵袭经络、外伤损伤经络或由其他致病因素导致经络阻塞，气血运行不畅，造成的人体气血不和，就会产生损容性疾病。

针灸可以通其经络，调其气血，排除病理因素，治愈损容性疾病。

编辑推荐

《图解针灸美容》中的针灸学是中医学的重要组成部分，已成为世界医学的一部分。针灸美容就是运用针刺、艾灸方法，补益脏腑，消肿散结，调理气血，从而减轻或消除影响容貌的某些生理或病理性疾病，达到强身健体、延缓衰老、美容益颜的效果。

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>