

<<刮痧拔罐按摩艾灸敷贴掌中查>>

图书基本信息

书名：<<刮痧拔罐按摩艾灸敷贴掌中查>>

13位ISBN编号：9787533542016

10位ISBN编号：7533542010

出版时间：2013-2

出版时间：王福 福建科学技术出版社 (2013-02出版)

作者：王福

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>

<<刮痧拔罐按摩艾灸敷贴掌中查>>

内容概要

《刮痧拔罐按摩艾灸敷贴掌中查》以常见疾病为主线，对每一种疾病都提供了刮痧、拔罐、按摩、艾灸、敷贴中的多种疗法，力求起到“强强联合”的作用，缓解各种不适症状。而且，此书还配备有大量的图片，均采用真人图解，易于读者理解和进行实际操作。考虑到中医经络、穴位知识的专业性，《刮痧拔罐按摩艾灸敷贴掌中查》提供了人体十二正经和任督二脉的循行走向以及其上的穴位，希望能为读者实施五大疗法而助力。

<<刮痧拔罐按摩艾灸敷贴掌中查>>

书籍目录

十四经脉手太阴肺经手阳明大肠经足阳明胃经足太阴脾经手少阴心经手太阳小肠经\13足太阳膀胱经足少阴肾经手厥阴心包经手少阳三焦经足少阳胆经足厥阴肝经督脉任脉呼吸系统常见病消化系统常见病循环系统常见病神经系统常见病泌尿系统常见病骨关节软组织常见病皮肤常见病五官常见病女性常见病男性常见病亚健康和不适应症状附录 全身穴位快速取穴

<<刮痧拔罐按摩艾灸敷贴掌中查>>

章节摘录

颈椎病颈椎病主要由于颈椎长期劳损、骨质增生或周围韧带、肌腱、关节囊等软组织发生退行性病变导致颈部神经、血管、脊髓受到压迫所致。

按摩、刮痧、拔罐、艾灸、敷贴可缓解颈椎病。

按摩疗法选穴 风池、肩井、天宗、极泉。

操作1.被按摩者取坐位，全身放松，按摩者用双手拇指指腹按揉被按摩者的风池，每次2分钟，然后从风池拿捏到肩背部，反复进行10次后用力点按风池。

2.按摩者用双手拿捏被按摩者的肩井30次，然后用食指、中指、无名指沿颈部正中的颈椎棘突及其两侧颈部肌肉，从上至下按压、刮擦，反复20次。

3.按摩者用拇指指腹点按被按摩者天宗2分钟，再用掌根按揉整个肩胛2分钟，至被按摩者肩胛部感到酸胀温热为宜。

4.按摩者一手托住被按摩者的肘部，另一手的拇指、食指指腹拿捏其极泉15次。

5.按摩者用单手拇指、食指、中指指腹拿捏被按摩者顶部，每次2分钟。

刮痧疗法选穴 大椎、风门、天宗。

配穴 上肢麻木疼痛重者，加肩髃、曲池、合谷、中渚。

体位 坐位。

所需器具 刮痧板、瓷勺。

操作用刮痧板的角端点按中渚，力度宜重，重复3~5次，每次持续15秒。

然后顺着经络循行方向刮拭大椎至风门，用刮痧板的厚缘进行，以皮肤出现均匀痧痕为度。

拔罐疗法选穴 风池、大杼、风门、天宗、曲池、肩井、大椎、厥阴俞。

体位 坐位。

所需器具 火罐。

操作 取风池、大杼、风门、肩井、天宗、曲池、厥阴俞等穴位。

用玻璃火罐在背部的肩井、大椎、天宗、厥阴俞等部位，以酒精闪罐法扣罐、留罐20分钟，2日1次，10次为一疗程。

艾灸疗法选穴 大椎、天柱、后溪、合谷、外关。

配穴 胸闷恶心者加丰隆；心痛者加郄门。

操作 艾条灸，每次选取3~5个穴位，如大椎，每穴3~5壮，每日1~2次。

敷贴疗法选穴 颈椎部。

配穴 杜仲、天麻、白芷、乳香、没药、姜黄、川芎、血竭各15克，三七10克，川椒5克，麝香2克。

操作 将除麝香以外的所有药材研成细末，加入米醋调匀，使用时，取适量摊在干净的纱布上，撒上适量麝香，然后敷贴在颈椎部。

一般可连续使用3~5次。

15次为一疗程。

湿疹刮痧疗法选穴 阴包、阴廉、太冲、足五里。

体位 坐位。

所需器具 刮痧板、三棱针。

操作 先用刮痧板在阴包自下而上轻刮20次。

阴廉、太冲、足五里在刮痧后亦可结合针刺方法。

拔罐疗法选穴 蠡沟、箕门。

体位 坐位。

所需器具 火罐。

操作 首先要寻找湿疹点，让患者背向光亮处，然后仔细寻找皮肤凹陷，灰色发亮，针头大小的小点，即为湿疹点。

选定后用火罐进行吸拔，一般采用闪罐法，重复吸拔3~5次，不留罐。

蠡沟和箕门在操作的时候用闪火法进行吸拔即可，一般留罐10~15分钟。

<<刮痧拔罐按摩艾灸敷贴掌中查>>

敷贴疗法选穴 患处。

药物 龙胆草30克，黄柏12克，地丁、龙葵各6克。

操作将上述所有药材捣烂成泥，需用时取适量，敷于患处。

每日换药1次，隔2~3日重复1次。

<<刮痧拔罐按摩艾灸敷贴掌中查>>

编辑推荐

《刮痧拔罐按摩艾灸敷贴掌中查》编辑推荐：一病多穴，穴位清楚，五种疗法，手法明晰，图文结合，步骤详细，操作安全，易学易懂。

超实用、超易学、超贴心的中医疗法速查指南！

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>