

<<上工养生话刮痧（中医绝学）>>

图书基本信息

书名：<<上工养生话刮痧（中医绝学）>>

13位ISBN编号：9787560534114

10位ISBN编号：7560534112

出版时间：1970-1

出版时间：西安交通大学出版社

作者：范永红 著

页数：226

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

随着人民生活水平的不断提高、医药卫生事业的发展，人们对防治疾病、保健延寿的要求不断提高，越来越多的人迫切需要掌握更多的保健知识，尤其要了解各种非药物疗法的使用。

刮痧疗法属于物理疗法，历史悠久，源远流长，是中医外治法之一，是中医学的重要组成部分。

刮痧是应用刮痧板等作用于人体体表部位，反复刮摩，以治疗疾病的一种方法。

近年来，刮痧疗法又有了新的发展，在防治疾病、延年益寿、美容瘦身等方面有了可喜的进展，适应范围正逐渐扩大，刮痧养生保健的市场前景广阔，正在进入一个新的历史发展阶段。

本书是一本介绍刮痧疗法的科普书籍，全面地介绍了刮痧的种类和方法，以及刮痧在防病、治病、保健、美容等方面的应用。

该书内容丰富、通俗易懂，并配以操作指导VCD，适合广大热爱中医保健养生的读者阅读使用。

它不仅是保障广大读者健康的良师益友，更可作为各级医务人员、特别是广大基层医务人员的参考工具。

由于我们水平有限，书中难免存在不足之处，恳请广大读者提出宝贵意见，以期再版时修改，使其益臻完善，更好地为读者服务。

## <<上工养生话刮痧（中医绝学）>>

### 内容概要

《上工养生话刮痧》是介绍刮痧疗法的科普书籍，全书首先介绍刮痧相关的基础知识、基本手法，以及相关穴位然后，对内、外、妇、儿等各科疾病的具体刮痧治疗方法及美容、保健刮痧疗法进行详细讲解。

为了便于广大读者更加形象地学习理解，配合图片，并配以操作指导VCD。

全书内容通俗易懂，适合专业医务人员及广大热爱中医保健养生的读者阅读使用。

## 书籍目录

上篇 刮痧的基础知识第一章 刮痧基础知识一、刮痧的历史二、刮痧疗法的特点三、刮痧疗法的作用及机理(一)预防保健作用(二)治疗作用(三)美容作用四、影响刮痧的基本因素(一)选穴(二)刺激量(三)时间因素(四)个体差异(五)环境因素五、“痧”的含义及不同痧象的临床诊断意义(一)“痧”的含义(二)不同痧象、痧痕的临床诊断意义第二章 掌握刮痧一、刮痧疗法的种类和刮拭手法(一)直接刮痧疗法(二)间接刮痧疗法二、刮痧的操作要点(一)持板方法(二)角度与力度(三)身体各部位刮拭方向(四)补泻三、刮法的选用原则四、刮痧手法的练习五、刮痧的步骤和操作要领(一)刮痧前的准备工作(二)患者的体位(三)刮痧的具体方法(四)刮摩后的工作(五)刮痧后的反应(六)刮痧时间与疗程五、刮痧治疗常用穴(部)位的选取和顺序(一)病灶及症状反应局部(二)病理反应点(三)根据经络循行远端取穴(四)随证选取(五)神经特定作用点第三章 刮痧疗法的适应证和禁忌证一、刮痧疗法的适应证二、刮痧疗法的禁忌证及注意事项三、注意事项第四章 刮痧疗法的运用原则(一)统治与分治相结合(二)辨病与辨证相结合(三)局部与整体相结合(四)刮拭与药物相结合附一：刮痧疗法的中医学基础一、经络学基础知识(一)经络系统的组成(二)经络的生理功能(三)经络学说的临床应用二、腧穴学基础(一)基本概念(二)腧穴的定位方法(三)腧穴的主治作用(四)十二经腧穴简介三、刮痧疗法各部常用穴位(一)头面部(二)颈项部(三)肩背部(四)上肢(五)胁肋部(六)胸腹部(七)背部(八)骶髂部(九)下肢部下篇 治疗保健美容篇第一章 各科病症治疗内科病症感冒急性支气管炎慢性支气管炎肺炎支气管哮喘支气管扩张胸膜炎心脏神经官能症心律失常心绞痛高血压低血压冠心病发作性膈肌痉挛慢性胆囊炎、胆石症急性胃炎慢性胃炎急性胃肠炎慢性肠炎胃下垂功能性便秘慢性非特异位结肠炎消化性溃疡胆绞痛肾绞痛失眠神经衰弱头痛周围性面神经麻痹面肌痉挛三叉神经痛脑梗死脑出血偏头痛癫痫多发性神经炎类风湿性关节炎尿路感染前列腺炎尿失禁尿潴留慢性肾炎遗精阳痿早泄痔疮中暑甲状腺功能亢进糖尿病慢性疲劳综合征血栓闭塞性脉管炎耳鸣、耳聋健忘肥胖症妇科疾病痛经月经不调急性乳腺炎儿科病症小儿上呼吸道感染百日咳小儿腹泻外科病症颈椎病背肌筋膜炎肩关节周围炎急性腰扭伤皮肤科病症痤疮湿疹皮肤瘙痒症股外侧皮神经炎五官科病症急性结膜炎慢性结膜炎溢泪症麦粒肿慢性盆腔炎带下病子宫脱垂小儿营养不良小儿周期性呕吐惊厥腰肌劳损坐骨神经痛肋间神经痛肥大性脊柱炎荨麻疹神经性皮炎带状疱疹银屑病白内障慢性单纯性鼻炎过敏性鼻炎急性扁桃体炎产后缺乳产后尿潴留更年期综合征小儿厌食症高热遗尿症髌骨软化症足跟痛肱骨外上髁炎落枕玫瑰糠疹白癜风黄褐斑复发性口腔溃疡慢性咽喉炎牙痛第二章 美容刮痧疗法第三章 保健刮痧疗法一、头部保健刮痧二、面部保健刮痧三、肩背部保健刮痧四、胸腹部保健刮痧胸部腹部五、四肢部保健刮痧六、睡前足底保健刮痧

章节摘录

插图：3.清热解毒由于不同手法，如刮痧、挑痧、放痧等综合手法的刺激作用，使体内邪气可以透达于体表，最终排出体外，因此可以清除体内郁热、毒邪（也就是现代医学中的细菌、病毒及外界致病因子），从而达到清热解毒的目的。

通过现代医学研究发现：刮痧可以使局部组织的血管扩张，黏膜的渗透性增强，淋巴循环加速，细胞的吞噬作用以及排毒作用增强，使体内废物、毒素加速排出，组织细胞得到营养，从而使血液得到净化，增强全身的抵抗力，减轻病势，促进康复。

同时使充血部位的血液能够有新陈之交替，局部血液的运行通畅，故可以消除局部的红、肿、热、痛，进一步达到清热解毒的功效。

4.温经散寒刮痧的作用面积宽，刮治的刺激作用可以使局部产生热效应，血得热则行，通过适当的温热刺激，可以促进局部的血液运行速度，随着血液运行速度的加快，可以改善局部的新陈代谢，使机体的腠理开泄，通过皮肤感受器和经络传导给相应的内脏器官组织产生兴奋过程，使体内的寒邪最终能够排出体外，从而达到温经散寒、通络止痛的功效。

现代医学认为，刮痧疗法可以通过刮拭皮肤表面，解除局部经络气血瘀滞的状态，松解局部组织的粘连，缓解筋脉肌肉的痉挛，消除神经血管的压迫症状，改善循环从而使寒症消除。

5.调整排泄刮痧不仅对于大小便不通畅有较好的治疗作用，而且对流泪、唾液不收、自汗、盗汗、漏精、脱肛、二便失禁等症状也有良好的调整作用。

现代医学发现如果因大脑皮质控制排泄的中枢功能失调，即发生排泄不畅，代谢产物蓄积而成为有害物质，产生中毒征候或致使体温升高。

刮痧疗法根据不同的病情，按排泄障碍所属脏腑，寻找有关部位给予适当的刮治刺激，皆能达到利尿、通便、发汗之目的。

对于排泄障碍也有十分有效的调节作用，每视其病灶所在，直接刺激与其有关的神经进而反射到大脑，由大脑传至其组织而发生兴奋紧张作用，腺体管口的括约肌能力增强，从而达到收缩的目的。

## <<上工养生话刮痧（中医绝学）>>

### 编辑推荐

《上工养生话刮痧》编辑推荐：刮痧疗法的预防保健作用包括“未病先防”和“已病防传”两个方面。

人体在正气充足时，邪气就不易或不能侵犯机体，而经常刮拭机体的某些特定部位可以起到疏通经络的作用，使经络之气得到激发，人体的生理功能得到加强，从而增强了机体抵御外邪的能力，达到“正气存内，邪不可干”。

国家标准人体经络穴位挂图，国家标准耳穴挂图，常用人体标准穴位表。

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>