

<<品逸>>

图书基本信息

书名：<<品逸>>

13位ISBN编号：9787807494904

10位ISBN编号：7807494905

出版时间：1970-1

出版时间：江西美术出版社

作者：李文亮 著

页数：124

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

文明程度的不断提高为我们带来了更多的快捷，也带来了更多的疾病。生活节奏的加快，饮食结构的改变，生活压力的增加，让现代人很容易在忙碌奔波间减少了对身体的关爱，忽略了身体健康的重要。

当高血压、高血脂、冠心病、前列腺病、肾病、糖尿病、乙型肝炎、胃病这些疾病不再是宣传册上触目惊心的字眼，而是成了你身体上真实的病痛时，也许是身体对你发出的一个严重警告：你对自己的身体已经忽略得太久了。

疾病可能会让你的生活发生颠覆性的改变，经受肉体的折磨，会使你精神不振、事业受损，甚至让你的亲人朋友也承受莫大的痛苦。

这时候，你会期待着灵丹妙药的出现，盼望着有妙手巧招来帮助你战胜病魔。

你甚至会对疾病产生莫名的恐惧，让你惊慌失措。

这个时候你迫切地需要一个能够带领你更好地认识疾病和治疗疾病的朋友，希望清醒地了解关于疾病的点点滴滴，等待关于疾病治疗的种种解答。

为了帮助你更好地解答这些疑惑，我们特别编写了这套《巧招妙治常见病》系列健康丛书。

书中汇聚了关于认识疾病、预防疾病、治疗疾病的种种妙招，可帮助你了解疾病治疗的根本所在，让你拥有更好的治病武器，以便更快地回归健康。

这套丛书内容深入浅出，是适合大众阅读的通俗读物。

在这套书里，每一种治疗疾病的手段都不再是艰难晦涩的医学术语，而是生活中可以身体力行的趣味妙招。

这样，你的康复过程，将不仅仅是一段医学疗程，而更像是你配合医生进行的一项魔术，成败与否完全把握在你的手中。

这套丛书集知识性、趣味性、科学性、实用性为一体，为你寻求健康带来一种全新的思路。

如果你能够从本书中找到一个适合自己的治疗方法，或从本书中得到一点关于健康的新启示，我们都会深感欣慰。

因为这不仅仅是你的幸福，这也是我们的快慰！

<<品逸>>

内容概要

《品逸（02/08）》是本中国美术批评文集。  
全书共分10个栏目，包括艺坛直指、佳作炯识、故人散佚、翰香片玉、品味材质、品逸轩台、收藏轶事、品逸聚焦、品逸撷华和品逸观察。  
共计15篇文章，内容涉及传统文人画之精神内核、中国画佳作炯识、峻拔尔雅古儒风、妙笔应心自适无吝等。

书籍目录

[艺坛直指]传统文人画之精神内核[佳作炯识]中国画佳作炯识[故人散佚]论道一家言牧溪序说/笔与墨[翰香片玉]峻拔尔雅古儒风[品味材质]奇思妙造绘神明/古代瑞禽神兽绘画赏析[品逸轩台]现象堪忧/当代画家个人修养[收藏轶事]雀巢语屑续录[品逸聚焦]混凝土丛林中的荒天绝叫妙笔应心自适无吝今生读过的和想读的[品逸撷华]城市的另一种风景轻拨闲云淡抹青山书房[品逸观察]展览/市场/新闻/文摘

## 章节摘录

八、刮痧 (一) 前列腺增生的刮痧疗法 刮痧疗法是一种用光滑扁平的器具蘸上润滑液体刨刮, 或用手指钳拉患处, 从而达到治病目的的一种简单自然疗法, 是从按摩、针灸、拔罐、放血等疗法变通而来的。

刮痧可调节肌肉的收缩和舒张能力, 使组织间压力得到调节, 以促进刮拭组织周围的血液循环, 增加组织血流量, 从而起到活血化淤、祛淤生新的作用。

出痧的二重唱血管扩张渐至毛细血管破裂, 血流外溢, 皮肤局部形成淤血斑块的过程。

此种血凝块(出痧)不久即能溃散, 而起自体溶血作用, 形成一种新的刺激因素。

其不但可以刺激免疫功能, 而且可以通过神经作用于大脑皮质, 调节大脑的兴奋与抑制及内分泌平衡。

前列腺增生患者可刮肾俞、膀胱俞, 点揉气海、中极, 刮三阴交、太溪等穴位。

(二) 前列腺炎的刮痧疗法 刮痧疗法作为中医学较为有效的治疗方法, 在前列腺炎的治疗中也有较为良好的效果, 在应用刮痧疗法治疗前列腺炎时, 首先要熟悉刮痧治疗的各种手法及适应证。例如, 对于过于虚弱的患者不宜进行刮痧治疗, 前列腺炎患者在全身状况不是太好时, 要结合全身状况来选择刮痧治疗的时机。

同时也不要因为害怕刮痧治疗而放弃这种有效的治疗方式。

采用刮痧法治疗前列腺炎, 多在局部选取一些穴位, 或者根据辨证在全身选取穴位来进行刮拭, 也可用刮痧板沿相关经络刮拭, 刺激经络, 促进气血运行, 从而达到预防和治疗的目的。

常用穴位前面已介绍, 这里介绍一下刮痧治疗前列腺炎可用的经络。

#### (1) 足厥阴肝经。

起始于第一足趾背部毫毛丛生处, 即大敦穴, 沿着足背内侧向上行走, 在踝关节处, 经过内踝尖前1寸处, 沿小腿内侧上行, 在内踝尖上8寸处与足太阴脾经相交, 走行于其后, 经过腘窝内侧, 沿大腿内侧, 进入阴毛中, 环绕阴部, 上达小腹, 经过胃旁, 归属于肝, 联络于胆, 再上行经过横膈, 分布于胁肋, 沿着喉咙的后面继续上行, 进入鼻咽部, 连接于“目系”(眼球联系于脑的部位), 向上出于前额, 在头顶与督脉会合。

另外, 足厥阴肝经还有2条支脉: “目系”支脉: 从“目系”下行经过面颊, 环绕嘴唇。

肝部支脉: 从肝部分出, 通过横膈, 向上经过肺部, 与手太阴肺经相接。

#### (2) 足少阴肾经。

起始于第五足趾下面, 斜向足心走行, 经过足舟骨粗隆下方、内踝后方, 进入足跟, 再向上行于腿肚内侧、腘窝内侧, 向上经大腿内侧后缘上行于脊柱, 归属于肾, 联络膀胱。

其直行的支脉从肾向上经过肝, 通过膈, 进入肺部, 并沿着喉咙夹于舌。

其支脉从肺部出来联络于心, 注入胸中, 与手厥阴心包经相交接。

#### (3) 足太阴脾经。

起始于第一足趾末端的隐白穴, 沿着该足趾内侧足底与足背交界处的部位, 经过第一足趾根部的关节后面, 上行至内踝前面, 再上行小腿, 沿胫骨后面, 与足厥阴肝经相交, 行于其前, 行经膝部、大腿的内侧前缘, 进入腹部, 归属于脾脏, 联络于胃, 通过横膈上行, 夹于咽部两旁, 联系舌根, 分散于舌下。

另外, 足太阴脾经在胃还有一条支脉, 向上通过横膈, 流注于心中, 与手少阴心经相接。

#### (4) 足太阳膀胱经。

起始于内眼角稍上方的凹陷处, 向上经过额部, 至巅顶。

巅顶部的支脉: 走行于从头顶至耳上角的部位。

巅顶部直行的支脉: 从头顶入里, 联络于脑, 出脑向下行于项部, 沿着肩胛部内侧, 在脊柱两侧下行, 到达腰部, 从脊柱两侧肌肉进入体腔, 联络于肾脏, 归属于膀胱。

腰部的支脉: 向下行走, 经过臀部, 进入腘窝。

后项的支脉: 通过肩胛骨内侧缘向下行走, 经过臀部, 沿着大腿后外侧下行, 在腘窝中与从腰部下来的支脉会合, 继续向下经过腓肠肌, 在踝关节后面, 沿着足背外缘的骨性隆起, 即第五跖骨粗隆

<<品逸>>

, 至第五小趾外侧端, 与足少阴肾经相接。

辨证刮痧 (1) 湿热下注型。

治则: 清热利湿。

取穴: 足太阴脾经、足厥阴肝经在下肢的循行线及肾俞、气海俞、膀胱俞。

操作: 病人俯卧, 用刮痧板蘸水在其腰骶部沿膀胱经刮肾俞、气海俞、膀胱俞3穴; 病人仰卧, 沿足太阴脾经、足厥阴肝经在下肢的循行线由上向下刮拭, 以出痧为度。一般3-6天后痧退, 再刮第二遍, 至愈为度。

#### 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>