第一图书网, tushu007.com

<<刮痧美容>>

图书基本信息

书名：<<刮痧美容>>

13位ISBN编号：9789621443755

10位ISBN编号：962144375X

出版时间：萬里機構．萬里書店

作者：張秀勤 著

页数：159

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

第一图书网, tushu007.com

前言

全息刮痧法是綠色療法刮痧療法，歷史悠久，源遠流長。
刮痧古稱砭法，是中醫治療六大技法之首。
中醫治療六法分別是：砭、針、灸、藥、按蹺、導引。
砭為第一法，可見其地位之重要、應用之頻繁。
張秀勤教授經過多年的臨床實踐和潛心研究，破解出「痧」之謎，汲取民間刮痧法精髓，融入新的醫學理論，用經絡學說和生物全息理論探討體表皮膚和內臟器官的聯繫，總結皮膚與臟腑器官的對應定位規律，創新出「全息刮痧法」。
她根據現代人的體質特點和保健需求，將刮痧細化為診斷、保健、治療、美容四個體系，總結出各自的理、法、方，使刮痧療法舊貌換新顏。
全息刮痧法對頭、面、手足、脊椎等部位進行簡單的刮拭就能診測全身健康，提前發現潛在的病理變化，了解健康發展的趨向。
對這些部位的刮拭還可以對臟腑器官起到治療和保健作用。
一些經常困擾人們卻又容易反覆發作的多發病、常見病，如疼痛性疾病、臟腑神經功能失調的病症，運用刮痧療法可以迅速產生療效。
保健刮痧法可以增強肌體自身的調節能力、抗病能力和康復能力。
刮痧還可以使人變美，特別是面部養顏美容刮痧，美白祛斑卻無痧痕，配合身體刮痧，讓美麗由內而生。
今天的刮痧療法仍保持操作簡便，不需醫學基礎，易學易懂，效果顯著而無副作用的特點。
人們在享受刮痧帶來美麗和健康的同時，紛紛驚歎刮痧的潛力和神奇的效果。
透過刮痧領略到傳統醫學的魅力。
今天，刮痧不但被國人青睞，更跨越了國界，深深吸引著越來越多尋求健康的人。
前言提起刮痧，人們會想到紅紅的痧斑。
長期以來，人們也只將刮痧用於治療發熱、感冒、疼痛性疾病，似乎與美容根本搭不上邊。
但是隨著對刮痧療法的深入研究和廣泛應用，很多人在獲得健康的同時，發現容顏變白、變美了，於是人們對刮痧有了新的認識--刮痧可以養顏美容。
原來，體內環境不清潔不只是產生亞健康和疾病的原因，也是出現面部疾患的重要內因。
刮痧方法調動肌體自我防衛系統及排出血液中的毒素，可以淨化體內環境和血液，還暢達氣血、調節臟腑，同時清潔皮膚，並為其輸送營養，所以有美容的效果。
刮痧表裡同調，由內至外清潔皮膚，開創了變加法為減法的美容新路。
大量的臨床實踐證明，刮痧美容的理念是符合中西醫理的，方法是行之有效的。
本書介紹的「全息經絡刮痧美容法」是基於傳統刮痧療法，並結合現代人的美容問題和對美容的需求而創立的。
全息經絡刮痧美容法倡導的美容理念和總結的美容方法，適合各種面部損美性疾患的防治，更適合於日常美容護理，既可以消斑祛痘，又可以細膩皮膚、改善膚質、減少皺紋、延緩皮膚衰老。
本法原為專業美容機構人士學習使用。
但因其簡便易行，廣受歡迎，求學者眾多。
故我將自己多年的美容刮痧實踐和教學經驗所得，彙集成書，希望能為天下懷有愛美之心者多提供一種獲得美麗和健康的途徑。

第一图书网, tushu007.com

内容概要

刮痧是中醫傳統六大技法之一，對於美容有著顯著的效果。
本書介紹了40種刮痧方法，解決15種面部問題：刮拭面部肌膚，亮麗淨白容顏；保養五臟六腑，讓美麗由內而生；刮拭身體八大重點部位，塑造完美形體；呵護手耳足細節，為美麗增添光采。
刮痧美容，操作簡便，效果顯著，並且容易學習掌握，是居家應備的自我保養美容師！

作者简介

張秀勤著名刮痧專家，全息刮痧及全息經絡刮痧美容健康法始創人，被譽為“中國美容保健刮痧第一人”。
多年潛心究刮痧療法，讓刮痧這一中國傳統醫學的瑰寶登上國際醫學大會的殿堂，曾在第三十一屆國際軍事醫學大會上用十幾分鐘時間治好腰痛訓練傷，使全世界軍事醫學專家為之驚訝。
她將刮痧與現代人的體質特點相結合，應用到診斷、預防、治療、美容等領域，使刮痧療法以全新的面貌走進千家萬戶，成為現代家庭保健的首選。

第一图书网, tushu007.com

<<刮痧美容>>

书籍目录

專家介紹－－張秀勤全息刮痧法是綠色療法前言刮痧與美麗由內而外生髮的美才是真正的美。
刮痧可以快速疏通局部淺表層瘀滯的氣血，還能調理深層紊亂的經脈氣血和臟腑功能，使你獲得源自於內的真正美麗。
美麗由內而生內環境清潔臟腑健康經絡通暢痧美容的秘密另闢蹊徑，「清、通」為本改善肌膚微循環，美白消斑尋跡本源，標本兼治痧象「預報」美容危害不出痧亦可「診斷」健康刮痧美容的作用表z裡雙清，排除毒素通經活絡，供給營養調節臟腑，延緩衰老　刮痧美容的準備刮痧簡便但並不簡單，學習刮痧的關鍵在於認真掌握刮痧要點、基本方法和刮痧須知，這些是決定刮痧效果的重要因素。
刮痧美容的特點刮痧美容的用具刮痧板潤滑劑毛巾或柔軟的清潔紙巾刮痧基本方法、步驟和須知執板方法運板方法補瀉手法要領和技巧常規操作步驟刮痧須知刮拭面部養容顏面部不僅僅是我們美麗的門面，更是肌體健康的顯示器。
刮痧的作用在於檢測影響面部美麗的內在因素，快速改善局部美容問題，讓美容效果深層持久。
臉面的重要性人體的全息縮影面部問題剖析照鏡子看健康面部美容刮痧操作方法四大目的與刮法避免小狀況皮膚乾燥缺乏光澤額頭缺乏光澤面頰中部欠光澤外眼角下部欠光澤口唇外側兩腮部欠光澤上唇欠光澤下頜欠光澤出現皺紋眉眼間皺紋額頭皺紋眼角魚尾紋嘴角及兩腮皺紋毛孔粗大鼻頭部毛孔粗大兩眉間、鼻翼旁毛孔粗大雀斑肌膚鬆弛遠離大問題面部氣色異常面色蒼白面色萎黃面色青暗面色紅暗面色晦暗紅血絲酒糟鼻黑眼圈眼袋黃褐斑額頭黃褐斑外眼角下黃褐斑面頰黃褐斑鼻中部黃褐斑上下唇周圍黃褐斑兩腮下部黃褐斑痤瘡滿面痤瘡額頭痤瘡面頰痤瘡口唇周圍痤瘡下頜痤瘡汗管瘤給美麗添光采刮出善睞明眸刮出珍珠貝齒刮出如雲秀髮保養臟腑內生美臟腑健康是皮膚、肌肉、形體健康美麗的根本，想要獲得真正的美麗就要讓臟腑健康起來。
肺臟（人之「嬌臟」）：皮膚滋潤心臟（「動力之源」）：神采奕奕脾胃（「後天之本」）：肌膚緊緻肝膽（「女性之本」）：肌膚清透腎臟（「正氣之根」）：衰老延緩腸道（「糟粕通道」）：斑痘減少內生殖器（「臍下三寸」）：月經調順刮拭局部塑形體刮痧在疏通氣血的同時也幫助肌體加速了對瘀積脂肪的消耗，隨時隨地刮幾下，瘦身塑形與健康一舉兩得。
頸部：永葆青春的「臉」肩臂：擁有性感纖細胸部：焦點外添風采背部：展示婀娜麗影腹部：打造窈窕體態腰部：綻放一抹風情臀部：提拉翹美曲線腿部：亮出自信秀美刮拭手耳足重細節美麗的女人往往在一舉手、一投足之間傳遞出美麗的資訊，如果你想做一個真正愛美的女人，請注重細節的美。
雙手：纖柔動人雙足：精緻嫵媚雙耳：玲瓏聰慧手、足、耳的保養提示附錄經絡刮痧法息刮痧法

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