

<<刮痧排毒王>>

图书基本信息

书名：<<刮痧排毒王>>

13位ISBN编号：9789866055041

10位ISBN编号：9866055043

出版时间：康鑑文化(人類智庫)

作者：王敬 著

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>

<<刮痧排毒王>>

前言

作者序副作用低的對症療法生活中，遇到朋友病了、感冒了，大家都會問：「吃藥了嗎？」要是聽到說沒有，肯定會很焦急地勸說吃藥。

好像生病就只能吃藥，吃了藥，病就會好，事實果真如此嗎？

治病要「因地制宜」2000多年前的《黃帝內經》中，有一篇文章，詳細解答這個問題。

這篇文章叫《異法方宜論》，摘錄文中一段：「故東方之域……其民食魚而嗜鹹，皆安其處，美其食。

魚者使人熱中，鹽者勝血，故……其病皆為癰瘍，其治宜砭石。

故砭石者，亦從東方來；西方者……其民陵居而多風……其民華食而脂肥，故邪不能傷其形體，其病生於內，其治宜毒藥。

故毒藥者，亦從西方來；北方者……其民樂野處而乳食，藏寒生滿病，其治宜灸焫（焫讀弱，火艾燒灼）。

故灸焫者，亦從北方來；南方者……其民嗜酸而食胘，故其民皆致理而赤色，其病攣痺，其治宜微針。

故九針者，亦從南方來；中央者……其民食雜而不勞，故其病多痿厥寒熱，其治宜導引按蹻。

故導引按蹻者，亦從中央出也。

」意指東、南、西、北、中，各個方位的人，因為所處的地理位置和環境不同，生的病也相異，就出現各種不同的治病方法。

東方是「砭石」，西方是「藥物」，北方是「艾灸」，南方是「九針」，而中原地帶則是「按蹻導引」。

即治病也要因地制宜，因病制宜，不能一概而論。

文中還有一句總論：「故聖人雜合以治，各得其所宜。」

故治所以異而病皆癒者，得病之情，知治之大體也。

」意指高明的醫師，就在於他能掌握以上不同的療法，根據不同的病情，靈活運用這5種方法。

「因病制宜」不同病情，治法不同大家都知道扁鵲見齊桓公的故事，扁鵲見到齊桓公時，發現他身體潛藏疾病，要為他治療，但齊桓公不以為意。

到最後，扁鵲見到齊桓公就躲開。

齊桓公很奇怪，問他為什麼要躲。

扁鵲說：「一開始，你的病只在皮膚表層，用熱敷即可治好；後來疾病發展到肌肉，用針灸也能治好；病邪侵入腸胃，湯藥也能治好；深入骨髓，已是回天無力。」

從中也可看出，扁鵲在治病時，不是只用藥，他會根據不同的病情，採用不同的方法。

「藥」不是治病的唯一選擇高明的醫師都是如此。

我曾看到四川著名中醫王靜安，為小兒治療咳嗽時，首先用「推拿手法」為患者施治，再配以藥性平和、劑量少的中藥，還只開2劑。

由此可見，治病不一定用藥，「藥」非萬能。

為什麼現在的醫師這麼熱中開藥呢？

去過醫院的人都知道，醫師不僅熱中開藥，還喜歡開「昂貴」的藥。

為什麼呢？

我有位刮痧學員是位醫師，在一家醫院工作。

一年春節，打電話向我拜年，我問他，用刮痧治病的效果如何？

他說很好，常給周圍的親友刮痧，效果顯著。

問他有沒有在醫院推廣，他說沒有。

問他為什麼？

他說因為不賺錢，主管不支持。

「民俗療法」副作用小這是中國普遍的現象，反觀國外呢？

我的一位友人是美裔華人，也是我的患者，是美國一家公司的總經理，常到北京洽公。

<<刮痧排毒王>>

我曾經用刮痧、拔罐的方法，治好他的五十肩。

因此他非常信任我。

一次，他到北京，因為失眠請我診治。

他告訴我，他已失眠多日，任何藥都沒吃，特別等抵達北京找我治療。

我笑著對他說：「你吃藥不就好了，找我看病，成本多高啊！」

他很認真地說：「西藥副作用很大，不能隨便吃，現在美國是窮人才吃西藥，有錢人都看中醫。」

這跟中國的情況剛好相反，我們是有錢人都去看西醫、吃西藥，窮人才去看中醫，因為中醫花費低廉。

院方不重視刮痧、拔罐、針灸、按蹻導引的「民俗療法」，因為經濟效益不高。

我的美國友人不吃西藥，寧可忍著病痛，千里迢迢到北京來尋找另類療法，是瞭解到西藥副作用大。

價值取向不同，結果當然各異。

身為一般人該如何取捨，心裡自當明鑑。

<<刮痧排毒王>>

内容概要

刮痧保健，3步經絡養生第一步找病源·第三步除病根DVD真人示範王氏刮痧排毒法贈送砭石刮痧板 為什麼出痧後皮膚顏色深淺不一？

告訴你那一種刮痧板效果最佳？

為什麼「經絡」通暢，人就不會生病？

如何才能知道「經絡」是否通暢？

女人為什麼比男人活得長壽？

王式刮痧排毒法 3步緩解全身病症吃藥不是治病的唯一選擇，不學養生保健，你可能都在花錢養醫生！

經絡養生，省時省力又省錢 「出痧」可以淨化血液？

身體痠、麻、脹、痛，是因為經絡氣血不通？

刺激經絡穴位，五臟六腑氣血足 高血壓可透過刮拭肝經「期門穴」改善？

腰痛就找膀胱經「委中穴」救急？

打通任督二脈，刮痧拔罐不求醫 任脈「臍中穴」是乳腺增生的剋星？

督脈「大椎穴」是「退燒藥」？

脊柱若養好，人就不易老 在肌肉上刮痧，也能治療「椎間盤突出」？

刮痧、拔罐去寒氣，「五十肩」不再發作？

本書特色無論是高血壓、糖尿病、心血管疾病，或其他的疑難雜症，多是因為血液裡的毒素太多所引起。

要治病，就要先排出血液中的毒素。

血液中毒素無法光靠藥物、食物就能全部排盡，「王式刮痧排毒法」透過皮膚，將毒素排出體外，讓您一舉除掉病根、擁有健康！

王氏刮痧拔罐特效自療法DVD啟動身體自癒力，淨化血液祛百病3步治療五臟六腑病症王醫師真人示範刮痧、拔罐主要手法，傳授從五臟六腑對應經絡取穴要訣，徹底除病，健康活到天年！

如何使用刮痧板？

正確的刮痧、拔罐手法怎麼做？

腳上有治療肝病的穴位？

按「合谷穴」能通便？

五臟六腑在背部有「窗口」？

刮痧也能治療頸椎疾病？

<<刮痧排毒王>>

作者简介

中國中醫科學院副主任醫師 王敬 中國中醫科學院 副主任醫師 中國中醫藥報社 文化事業部主任 成都中醫藥大學 成人教育學院兼職教授 中國針灸學會 砭石與刮痧專業委員會副會長 國家中醫藥管理局職業鑑定中心 中醫刮痧師專家委員會副主任委員著作《中國刮痧健康法大全》 榮獲中華中醫藥學會頒發「新中國成立60周年全國中醫藥科普著作二等獎」《家庭刮痧保健》《拔罐 中國真空拔罐健康法》《中國刮痧健康法》主編《中醫刮痧師》《保健刮痧師》

<<刮痧排毒王>>

書籍目錄

- 【作者序】副作用低的對症療法【引言】你還在為醫院存錢嗎？
- 第1章 疾病有因有果—排毒遠離疾病1 身體積存的毒素藏在哪裡？
- 2 現代人為什麼容易衰老？
- 3 為什麼女人比男人長壽？
- 4 為什麼說「經絡」好比「下水道」？
- 【王醫師說故事】「庖丁解牛」美感十足5 怎樣才能知道「經絡」是否通暢？
- 【刮痧、拔罐一點通】用什麼器材刮痧最好？
- 第2章 刮痧、拔罐 通暢經絡最簡便的方法1 為什麼出痧後皮膚顏色深淺不一？
- 2 為什麼刮痧讓皮膚排毒，能治病痛？
- 3 「刮痧」對人體有哪些好處？
- 4 刮痧加拔罐，就能迅速找到病灶？
- 5 刮痧能治病，還能提高免疫力？
- 【刮痧、拔罐一點通】如何掌握刮痧力道？
- 如何選取拔罐時間？
- 第3章 五臟主「藏」 氣血充足才健康1 肝是「將軍」 調度全身氣血疏泄「肝」VS.消化腺肝臟受傷5 大原因【王醫師看診實例】肝腎同治，緩解頭暈目眩都是肝惹的禍！
- 【王醫師看診實例】偏頭痛：從「肝膽」消除頭痛、失眠【王醫師看診實例】抑怒：調治「高血壓」的第一要務【王醫師看診實例】乳腺增生、精神疾病：刮痧徹底解決【中醫小知識】憂鬱症：良好心態關鍵在「疏通肝氣」【王醫師看診實例】閉經、經痛：婦女病找「肝」就對了【王醫師生活實例】美甲：「通暢肝經」是最好美甲術【王醫師看診實例】肝開竅於目 肝好眼睛就好【王醫師看診實例】生氣「傷肝」導致食不下嚥養肝2大祕訣 充足睡眠+通暢肝經治「肝」3部曲—3步解決中醫肝病方案2 中醫說的「脾」，就是西醫的「胰臟」？
- 中醫「脾」=西醫「胰」為什麼脾會出問題？
- 「傷脾」引發現代富貴病【王醫師看診實例】肌肉萎縮、肥胖 同病源不同症【王醫師看診實例】子宮出血：拔罐、艾灸脾經迅速止血【王醫師看診實例】兒童腹脹、腹瀉：找「脾」調治【王醫師看診實例】面色無華：「健脾」是天然化妝品治「脾」3部曲—3步解決中醫脾症方案3 腎是「先天之本」
- 養腎即養生機先天之本VS.尿液總管頭髮是「腎臟晴雨表」為什麼現代人易「腎虛」？
- 腎精不足問題多【王醫師看診實例】發燒：可能是「腎虛」【王醫師看診實例】男子性功能障礙：腎虛是常見病【王醫師看診實例】尿失禁：水液調節也要找「腎」【王醫師看診實例】呼吸問題：久病都要「補腎」【中醫小知識】骨質疏鬆：「補腎、通腎經」是關鍵【王醫師看診實例】聽力、二陰問題：病根在「腎」【王醫師看診實例】失眠：「心腎不交」首選刮痧最經濟實惠的居家養腎法—腳底按摩治「腎」3部曲—3步解決中醫腎病方案4 肺是「宰相」 推動血液運行宰相VS.呼吸總管為何「肺」會出問題？
- 肺 呼吸問題的掌門人【王醫師看診實例】哮喘：刮痧、拔罐打通呼吸道【中醫小知識】感冒：病邪剛來，趕緊刮痧【王醫師看診實例】美容：皮膚要好，首重「調肺」【王醫師問診實例】小便問題：「肺」為水之上源【中醫小知識】鼻塞流涕：「鼻子」是肺的窗口【王醫師看診實例】偏頭痛：「列缺穴」的獨門絕技治「肺」3部曲—3步解決中醫肺病方案5 心是「君主」 全身血液運行的樞紐「血泵」VS.君主舌 「心」的形象大使為什麼會有「心病」？
- 「心病」發作恐要命【王醫師看診實例】心絞痛：「刮痧」能救急【王醫師看診實例】冠心病：「刮痧」急救保平安【王醫師看診實例】心悸：心包經、心經是「心臟守護神」治「心」3部曲—3步解決中醫心病方案【刮痧、拔罐一點通】刮痧禁忌部位&族群特殊族群刮痧手法第4章 六腑主「瀉」 氣血有序祛百病1 胃是「倉儲」 組織、運輸營養倉儲+物流VS.消化食物為什麼會罹患「胃病」？
- 胃不好，人體就失去供養之源【王醫師看診實例】胃痛：「刮痧」解決吃出來的病治「胃」3部曲—3步解決中醫胃病方案2 小腸是「服務生」 去粗取精巧安排分清泌濁VS.吸收養分大小毛病根源在「小腸」【王醫師看診實例】胸悶：通便就能順「心」氣【中醫小知識】便秘：小腸氣不通，導致便乾、

<<刮痧排毒王>>

口臭【王醫師看診實例】青春痘：找出病源，從內調理治「小腸」3部曲—3步解決中醫小腸病症方案3
膀胱是「水利局長」宜堵宜疏有調度水利部局長VS.儲存尿液的袋子臟腑在背部的「辦事處」俞
穴「膀胱經」調節五臟六腑的氣血【王醫師看診實例】感冒：多刮痧提高免疫力【王醫師看診實例】
腰痛：留罐有特效【王醫師看診實例】痔瘡：外治之法易消除治「膀胱」3部曲—3步解決中醫膀胱病
症方案4大腸是「傳導之官」五穀輪迴人長壽傳導之官VS.腸道為什麼「大腸」會生病？
大腸最易引發的疾症【王醫師看診實例】便秘：「補氣」就能通便治「大腸」3部曲—3步解決中醫大
腸病症方案5膽是「中正之官」清淨無雜好決斷中正之官VS.儲存膽汁「膽」為什麼會生病？
「膽汁」分泌異常，毛病不斷【王醫師看診實例】膽石症：首要改變病理環境【中醫小知識】消化功
能：「膽汁」是消化的推進器【王醫師生活實例】優柔寡斷：增強決斷力，從「膽」開始治「膽」3
部曲—3步解決中醫膽病方案6三焦是「孤府」容納臟腑「胸腔」大三焦是中醫的「特產」「三焦」
影響全身【王醫師看診實例】打嗝：點壓「翳風穴」，打嗝即止治「三焦」3部曲—3步解決中醫三焦
病症方案【刮痧、拔罐一點通】刮痧療法中的重要手法第5章 打通任督二脈 通調全身氣血任督二脈
調節人體陰陽的兩條經脈任脈—陰脈之海督脈 陽脈之海【王醫師看診實例】氣鬱、乳腺增生：膻
中穴拔罐，消氣病自除【王醫師講課實例】感冒、發燒：單取「大椎穴」有神效【刮痧、拔罐一點通
】「拔罐」3種方法第6章 脊椎柔韌，人就年輕1 為什麼比喻人體脊椎像「發射台」？
中西醫思維不同刮痧、拔罐治療「腰椎間盤突出」2「久坐一族」為何易發生脊椎問題？
【王醫師看診實例】腰椎間盤突出：脊椎病從「肌肉」治療【王醫師看診實例】膝關節疼痛：氣血一
通，關節靈活【王醫師看診實例】頸椎病：刮痧拔罐，消除頸部寒氣【王醫師看診實例】五十肩：祛
寒散瘀，刮痧、拔罐最拿手【刮痧、拔罐一點通】如何選取刮痧時間和次數？
真空罐的優點

<<刮痧排毒王>>

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>