第一图书网, tushu007.com

# <<圖解刮痧拔罐艾灸養生療法>>

## 图书基本信息

书名：<<圖解刮痧拔罐艾灸養生療法>>

13位ISBN编号：9789868743144

10位ISBN编号：9868743141

出版时间：華志文化事業有限公司

作者：崔曉麗 著

页数：240

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

# <<圖解刮痧拔罐艾灸養生療法>>

## 前言

序　圖解刮痧、拔罐、艾灸養生療法　刮痧療法是在中醫經絡學說指導下，應用光滑的硬物器具、金屬針具等，蘸藥液與凡士林等具潤滑與保健效果之介質，在人體病變部位，反覆刮、擠、揪、捏、刺等，造成皮膚表面的瘀點或紫色痧痕，將阻滯在人體內的病理產物透過皮膚代謝，使病變細胞、組織及器官得到活化，從而達到內病外治的中醫治療方法。

拔罐是利用燃燒等方法排去罐內的空氣以造成負壓，使之吸附於經絡、穴位、患處或體表的某些部位，令局部微血管充血，甚至破裂，出現溶血現象，產生一類組織胺物質隨體液周流全身，刺激各器官，使其代謝旺盛，吞噬作用增強，提高機體的抵抗力，從而達到使祛病養生的目的。

現今在國外也得到廣泛的應用。

如日本的「真空淨血療法」、法國的「杯術」等都屬於我國拔罐療法的範疇。

可見，拔罐的療效已得到世人的認可。

艾灸則是透過艾草於燃燒過程中產生的藥性（化學作用），隨艾火的熱力（物理作用）刺激穴位，透過經絡、神經、體液、免疫機能等多層次、多途徑的綜合機能體系而作用於人體，從而達到治療、保健之效用。

具操作簡單、安全、易於掌握、成本低廉、效果顯著之優點。

本書分兩部分，前三章全面而系統性的各別詳解刮痧、拔罐、艾灸的常用工具、基本操作方法、步驟、禁忌事項等基礎知識。

後半部則將各種慢性與常見病症自成單元詳細介紹適用的刮痧、拔罐與艾灸手法，並分列主治穴位與配穴，讓您能根據病症自行選穴、對症下藥，且依步驟詳附圖解說明，個人學習自我保健養生者絕不可錯過。

為此，我們精心編寫了這本全彩圖解版《圖解刮痧、拔罐、艾灸養生療法》，教你快速掌握刮痧、拔罐、艾灸的基礎，成為自我健康的守門人。

看過此書，即能對刮痧、拔罐、艾灸這三樣看似神祕、遙不可及的養生古術，具備較深入的瞭解，同時更能掌握一些簡單有效的手法，從而輕鬆享受到完美的保健與養生體驗。

在學習過程中，家庭成員之間還可相互進行操作，不僅對被操作者來說，可防病治病；對操作者來說，更可起到鍛鍊身體的作用，可謂一舉兩得，還能增進家庭成員間的情感交流，實為現代家庭的良師益友。

本書內容深入淺出、言簡意賅，通俗曉暢地向人們介紹了刮痧、拔罐、艾灸的系統知識和常用手法，並附有DVD影片的演示，讓你輕鬆地按圖索驥，隨時隨地體會到它的神奇效果。

第一图书网, tushu007.com

# <<圖解刮痧拔罐艾灸養生療法>>

## 内容概要

圖解刮痧拔罐艾灸養生療法　　與中國醫學的健康理念接軌；與杏林國醫的生活方式同步。
　　梟治未病、保健康的養生療法—刮痧　　梟求醫不如求己的養生療法—拔罐　　梟氣血暢通、百病不生的養生療法—艾灸　　梟刮痧、拔罐、艾灸常用到的人體特效經脈　　梟刮痧、拔罐、艾灸對症養生療法　　以及更多你想知道的……

## 作者简介

崔曉麗 醫師　　中國針灸協會會員中國中醫藥協會會員、北京京城歧黃國醫館館長、中國國際減肥美體行業協會常務理事。

出身中醫世家，其父是黑龍江省名中醫，姓名已被載入《中國中醫名人錄》，在中醫界享有盛譽。

畢業於黑龍江中醫藥大學，是「紅牆醫生」王連清教授的入室弟子。

崔曉麗醫師稟承先父遺志，曾先後在上海、天津、中國中醫研究院北京廣安門醫院等針灸科交流學習。

作者相關著作：《圖解對症手足頭耳按摩(彩色版附DVD)》、《圖解快速取穴法(彩色版)附DVD》、《圖解特效養生36大穴(彩色版)附DVD》

第一图书网, tushu007.com

# <<圖解刮痧拔罐艾灸養生療法>>

## 书籍目录

第一章　治未病、保健康的養生療法——刮痧了解刮痧刮痧的必備器具刮痧的選穴、配穴原則刮痧的宜忌刮痧的方法刮痧的正確操作步驟刮痧常見問題及處理方法第二章 求醫不如求己的養生療法——拔罐了解拔罐拔罐的必備器具拔罐的選穴原則.拔罐的宜忌拔罐的方法拔罐的正確操作步驟拔罐常見問題及處理方法第三章　氣血暢通、百病不生的養生療法——艾灸了解艾灸艾灸的選穴、配穴原則.艾灸的宜忌艾灸的方法艾灸的正確操作步驟艾灸常見問題及處理方法第四章　刮痧、拔罐、艾灸常用到的人體特效經脈經絡的概念及分類十二正經奇經八脈.第五章　刮痧、拔罐、艾灸對症養生療法常見不適的刮痧、拔罐、艾灸養生療法常見病的刮痧、拔罐、艾灸養生療法第六章 簡單有效的手足頭耳養生法

第一图书网, tushu007.com



## 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