

<<常见病特效穴位疗法>>

图书基本信息

书名：<<常见病特效穴位疗法>>

13位ISBN编号：9787122075888

10位ISBN编号：7122075885

出版时间：2010-9

出版单位：化学工业出版社

作者：郭长青，翟伟 等主编

页数：125

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>

<<常见病特效穴位疗法>>

前言

在日常生活中，常会遇到这样的情形：当一个人突然昏厥，在慌乱中，有人大喊：“快按人中！”果然，经过点按人中和其他处理，病人很快苏醒了。

是偶然，还是有什么高明法术吗？

其实，这便是点穴，一种中医常用的治疗方法。

穴位治病在我国具有悠久的历史，我国的先民们在与疾病作斗争的过程中，不断总结经验，并将其升华为系统的穴位治疗理论，用于指导穴位临床治疗，取得了良好的穴位治疗效果。

相传，远在新石器时代，就已经有人使用砭石来砭刺放血，割刺脓疡；或用热熨、按摩、叩击体表，或在体表某一部位用火烤、烧的等方法来减轻和消除伤痛。

时间一久，便逐渐意识到体表的某些部位具有治疗疾病的作用。

后来有人便命名了这些具有医疗作用的特殊部位，这就是我们现在所说的“穴位”。

穴位又叫“腧穴”、“穴道”、“穴眼”等。

穴位的发现，丰富了人类的医疗手段，解除了人们的痛苦。

在几千年的穴位应用实践中，我们的医学先驱们发现并不断总结了众多行之有效或立竿见影的特效穴位，总结和普及这些对某些疾病有良好治疗效果的特效穴位，对穴位科学的普及和推广有着重要的现实意义。

本书主要介绍了常见病的特效穴位治疗，治疗方法主要包括艾灸、穴位按摩、穴位贴敷和其他简单易行的方法。

本书介绍的方法简单易行且行之有效，容易掌握，利于特效穴位的普及和推广。

本书共7章，包括两部分内容：第一部分主要介绍穴位的基础理论及结合中医理论指导的养生保健的特效穴位应用。

第二部分主要介绍常见病的特效穴位治疗。

各部分均配有相应的插图，使读者一看就会，一看就能使用。

本书适合于广大穴位爱好者及病患者使用，是一本介绍和普及特效穴位实际应用的中医学知识读本。

<<常见病特效穴位疗法>>

内容概要

本书是北京中医药大学针灸学院专家集20余年临床和教学经验编写而成。

全书分为七章，第一章介绍了穴位的基本知识，第二章到第六章分别介绍了五脏保养特效穴位、四季养生保健特效穴位、气血阴阳调整特效穴位、女性美容养颜特效穴位和儿童保健特效穴位，第七章介绍了常见病特效穴位治疗。

本书介绍的方法简单易行且行之有效，容易掌握，对于其中涉及的特效穴位均配有穴位图，读者可以按图操作、直观明了，使读者一看就会，一看就能使用，利于特效穴位的普及和推广。

本书适合于广大穴位爱好者及病患者使用，是一本介绍和普及特效穴位实际应用中医学知识读本。

<<常见病特效穴位疗法>>

书籍目录

第一章 穴位的基本知识 穴位是怎样产生的 穴位的分类 穴位定位方法 特定穴
第二章 五脏保养特效穴位 中医五脏养生理论 肝脏保养特效穴位 心脏保养特效穴位 脾脏保养特效穴位 肺脏保养特效穴位 肾脏保养特效穴位
第三章 四季养生保健特效穴位 春季养肝特效穴位 夏季护心特效穴位 长夏养脾特效穴位 秋季护肺特效穴位 冬季养肾特效穴位
第四章 气血阴阳调整特效穴位 气血阴阳对人体的重要作用 调气特效穴位 调血特效穴位 滋阴特效穴位 补阳特效穴位
第五章 女性美容养颜特效穴位
第六章 儿童保健特效穴位
第七章 常见病特效穴位治疗 高血压病 冠心病(心绞痛) 失眠 偏头痛 糖尿病 胃脘痛 腹痛 便秘 呃逆 消化不良 慢性胃炎 慢性结肠炎 慢性泄泻 慢性胆囊炎 感冒 哮喘 面瘫 牙痛 耳鸣、耳聋 颈椎病 肩关节周围炎 急性腰扭伤 膝关节骨性关节炎 晕车、晕船 慢性疲劳综合征 竞技(考试)紧张综合征 慢性前列腺炎 阳痿 痛经 经前期紧张综合征 围绝经期综合征 子宫脱垂 乳腺增生 妊娠呕吐 产后缺乳 小儿遗尿 小儿多动症 小儿厌食

<<常见病特效穴位疗法>>

章节摘录

四季养生是中医养生康复的重要组成部分，是以阴阳五行学说为核心，以“天人相应”的整体观念为基础理论，作为增强体质、预防疾病、防止早衰或延长寿命的积极手段。

它经过长期的实践发展起来，其主要精神是“治未病”，所以无论是在古代还是在现代，四季养生对民族的繁衍、昌盛，对提高人类健康水平都起着积极的作用，是非常重要的养生防病保健方法。

人类生活在大自然中，自然界存在着人类赖以生存的必要条件，即人与自然息息相关，《灵枢·邪客》曰：“人与天地相应也”，自然界的气候变化能影响人体，人体能感知天气的变化。

中医学把自然界的五时（春、夏、长夏、秋、冬）、五方（东、南、中、西、北）、五色（青、赤、黄、白、黑）、五味（酸、苦、辛、甘、咸）等与五脏六腑的特性归纳在五行系统中，从而把内外环境联结成一个整体，以说明人与自然的协调性、统一性，因此中医说“人体是一个小宇宙”，同时认为自然界气候的运动变化与人体的脏腑经络、气血的运动变化是相应的，即自然界气候的一切变化都相应影响人体各脏腑经络气血的生理功能、病理变化，而人体各脏腑组织也随着气候环境的变化，做出不同的反应和调节。

一年四季的气候，春暖、夏热、冬寒的变化对人体的影响最大。

例如，春夏之时气候由温转热，阳气升发，人体肌肤疏松开泄，易于出汗，秋冬之时由凉转寒，此时阳气渐衰、阴气渐盛，人体腠理致密，阳气潜藏，少汗多尿。

所以自然界的正常气候是万物赖以生存的必需条件，但因四季气候变化异常，各季节气候的太过与不及，或气候变化过于急躁时，又因人体正气不足，抵抗力低下，人体不能及时做出相应的调节，就会导致疾病的发生，因此中医养生保健根据四季的不同气候，用不同的应对方法来调节身体，达到防病、治病、康复之功。

四季养生有“春夏养阳，秋冬养阴”的理论，是指春夏季节在饮食方面要慎服辛温助阳之品，以免火热太盛，汗出太多，阳随汗泄而损伤人体阳气，不利于营养物质的吸收。

秋冬季节宜服食滋补强壮养阴的食物、药物，使人体内精气充沛，从而使机体达到“阴平阳秘”的良好状态，即“正气存内，邪不可干”。

总之，四季养生是从人体整体性与自然界四季气候变化的统一性出发，既重视人体脏腑组织本身的功能、病变，又重视自然气候、地理环境的变化，如春季多风病、夏季多热病、秋季多燥病、冬季多寒病。

所以在不同的季节，根据人体脏腑、经络、气血、阴阳的偏胜偏衰，人们要合理运用四季养生规律，选择相应的方法积极调理，使人与自然气候变化协调统一，才能达到最佳的健康状况。

.....

<<常见病特效穴位疗法>>

编辑推荐

《常见病特效穴位疗法》由北京中医药大学针灸推拿学院资深专家、教授精心编写而成，对日常养生保健的关键穴位和常见病的特效穴位进行了详细介绍，并配以精美的穴位图，方便读者准确取穴。

《常见病特效穴位疗法》所介绍的方法简易、实用、有效，不仅对针灸专业人员有借鉴作用，也可供普通大众自我保健防病使用。

<<常见病特效穴位疗法>>

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>