

<<中医技法治百病>>

图书基本信息

书名：<<中医技法治百病>>

13位ISBN编号：9787509160091

10位ISBN编号：750916009X

出版时间：2012-10

出版单位：人民军医出版社

作者：吴长岩 冯莉萍 等

页数：251

字数：336000

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>

## &lt;&lt;中医技法治百病&gt;&gt;

## 前言

中医理论认为，“经络”是人体存在密布全身的极为复杂的相互作用的相联的通路；“腧穴”是人体脏腑经络之气输注于体表的特殊部位，是对“穴位”的统称；中医技法是指运用中医学的各种治疗手段来预防和治疗疾病、增强身体健康的方法，中医技法是围绕经络和穴位来治疗疾病的。

关于经络与腧穴的理论、中医技法的实践体系，从远古一路走来，给人们的健康带来无比的福利，直至今天已经传遍全球，日益发挥着巨大的作用。

有关中医技法方面的著作尽管汗牛充栋，但寻找到一部既能满足基层医务人员的需求，又能满足广大爱好者的需要，同时能提供给广泛知识阶层以准确、实在、浅俗易懂，又不失严谨、科学的中医传统技法方面的专业书籍，的确不多。

本书在借鉴前人和同道的经验的基础上，结合本团队多年的实际临床经验，编著了本书，从多角度、多层面、有简有繁地介绍了中国传统医学中的这支奇葩——中医传统技法。

本书共分为10个章节。

第1章“中医基本知识和技法”，从宏观上讲述了中医经络、穴位、技法之间的概念和关系；介绍了四大传统中医技法——针灸、刮痧、拔罐、推拿/按摩的概念、理论、方法、禁忌、注意事项等；介绍了中医护理技法的理论和实践。

让读者在学习的时候有一些中医学的基础理论和方法的准备；第2~8章，通过精选出的、多个医学科别的、适合于中医技法治疗的疾病，详细介绍了这些疾病的中医技法治疗方法，以及治疗这些疾病的主要穴位、辨证配穴、随证配穴、操作手法/方法等，并且把这些疾病的主要穴位、部位，用图示的方法尽可能详尽地标注出来，方便读者一目了然，并且能简洁明快地按图操作；第9章、第10章则介绍了近年特别提倡的中医护理技术方法，用来调理一些亚健康状态和“治未病”方面的相关体质问题，也用图示的方式尽可能详尽地标注出来，方便读者按图操作。

事实证明，中医护理技术对预防、调理亚健康和“欲病”状态有很好的作用。

本书在编写过程中以临床实用为前提，通过简明的辨证与辨病，提高治疗的针对性；通过大量真人立体图片，标注出每个疾病的中医技法治疗的主要穴位，既突出中医专业特色，又不失通俗质朴。

本书按照中医病证为题目编写，但其中间插了一些以西医病名诊断的疾病，这是因为这些疾病虽然能够涵盖在中医诊断里，但作为重点疾病，还是着重地拿出来做有针对性的详述。

至于每个疾病的临床表现、诊断、药物治疗等，介于篇幅就不做介绍了。

本书的编者有：威海市立医院的于建波、武效芬、王光明、郭俊峰；烟台市中医医院的吴长岩、冯莉萍、徐明远、杨玉英、曹脉源；中国林业科学院的研究生曹雪（制图）。

感谢各位作者付出的辛勤劳动和倾注的心血！

本书全部基础图片由副主编曹雪拍摄并制作，在此表示衷心感谢！

感谢提供参考资料的书、刊、网站。

如果有遗漏，深表歉意，并请告知作者，一定在再版时完善。

## <<中医技法治百病>>

### 内容概要

作者以图解的形式介绍针灸、刮痧、拔罐、推拿、穴位敷贴等简易、有效的治疗常见病的技法。每种技法治疗介绍主要穴位、辨证配穴、随证配穴、操作方法、禁忌、注意事项，并以真人图片标注主要穴位、部位，方便读者简洁明快地按图操作。本书临床实用性强，通过简明的辨证与辨病，提高治疗的针对性，治疗效果确切，适合基层中医医务工作者阅读参考，也适合广大中医爱好者及患者学习查阅。

## <<中医技法治百病>>

### 书籍目录

#### 第1章 中医基本知识和技法

- 一、经络与腧穴
- 二、穴位疗法
- 三、中医技法
- 四、针灸
- 五、刮痧
- 六、拔罐疗法
- 七、推拿 / 按摩疗法
- 八、中医护理技术

#### 第2章 内科疾病

- 一、感冒
- 二、咳嗽
- 三、哮喘
- 四、眩晕
- 五、头痛
- 六、中风
- 七、胸痹
- 八、心悸
- 九、胃痛
- 十、呕吐
- 十一、呃逆
- 十二、腹胀
- 十三、泄泻
- 十四、便秘
- 十五、痛风
- 十六、中暑
- 十七、痿病
- 十八、痹病
- 十九、胁痛
- 二十、阳痿
- 二十一、遗精

#### 第3章 神经科疾病

- 一、三叉神经痛
- 二、面瘫
- 三、面肌痉挛
- 四、肋间神经痛
- 五、坐骨神经痛
- 六、多发性神经炎
- 七、自主神经功能紊乱
- 八、帕金森病
- 九、阿尔茨海默病
- 十、癲
- 十一、癲狂病
- 十二、郁病
- 十三、焦虑性神经症

## <<中医技法治百病>>

### 第4章 骨科疾病

- 一、颈椎病
- 二、肩关节周围炎
- 三、腰痛
- 四、腰椎间盘突出症
- 五、腰扭伤
- 六、落枕
- 七、慢性膝关节骨性关节炎
- 八、强直性脊柱炎
- 九、肘劳
- 十、足跟痛

### 第5章 妇产科疾病

- 一、月经不调
- 二、月经先期
- 三、月经后期
- 四、月经先后无定期
- 五、月经过多
- 六、月经过少
- 七、痛经
- 八、闭经
- 九、带下病
- 十、妊娠呕吐
- 十一、胎位异常
- 十二、产后缺乳
- 十三、绝经期综合征
- 十四、慢性盆腔炎

### 第6章 小儿科疾病

- 一、小儿惊风
- 二、小儿遗尿
- 三、小儿多动症
- 四、小儿消化不良
- 五、小儿脑瘫
- 六、风疹

### 第7章 外科疾病

- 一、痤疮
- 二、乳腺增生
- 三、疝气
- 四、胆绞痛
- 五、前列腺肥大
- 六、泌尿系结石
- 七、肾绞痛
- 八、癃闭
- 九、痔

### 第8章 五官科疾病

- 一、目赤肿痛
- 二、近视
- 三、牙痛

<<中医技法治百病>>

- 四、耳鸣、耳聋
- 五、梅尼埃综合征
- 六、慢性咽炎

第9章 中医护理技法与亚健康

- 一、戒烟
- 二、戒毒
- 三、免疫力减退
- 四、记忆力减退
- 五、疲劳困乏
- 六、祛痘美颜
- 七、手足发凉
- 八、食欲缺乏
- 九、性欲减退
- 十、不寐
- 十一、多寐

## &lt;&lt;中医技法治百病&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：插图：2.摩法摩，就是抚摩的意思。

用手指或手掌在患者身体的适当部位，给以柔软的抚摩，叫做摩法。

摩法多配合按法和推法，有常用于上肢和肩端的单手摩法，和常用于胸部的双手摩法。

3.推法 在前用力推动叫做推法。

临床常用的，有单手或双手两种推摩方法。

因为推与摩不能分开，推中已包括有摩，所以推摩常配合一起用。

像两臂两腿肌肉丰厚处，多用推摩。

平时常用姿势，是用拇指与食指夹持胳膊肌肉，正在用推法中的单手推摩法。

中医流传下来的推拿小儿方法，实际上就是用的推摩法。

推摩的手法是多样的。

把两手集中在一起，使拇指对拇指，食指对食指，两手集中一起往前推动，叫做双手集中推摩法，这种方法，是推摩法中最得手的一种手法了。

4.拿法 用手把适当部位的皮肤，稍微用力拿起来，叫做拿法。

临床常用的有在腿部或肌肉丰厚处的单手拿法。

5.揉法 医生用手贴着患者皮肤，作轻微的旋转活动的揉拿，叫做揉法。

揉法分单手揉和双手揉。

像太阳穴等面积小的地方，可用手指揉法，对于背部面积大的部位，可用手掌揉法。

有单手加压揉法，比如揉小腿处，左手按在患者腿肚处，右手则加压在左手背上，进行单手加压揉法。

6.捏法 在适当部位，利用手指把皮肤和肌肉从骨面上捏起来，叫做捏法。

捏法和拿法，有某些类似之处，但是拿法要用手的全力，捏法则着重在手指上。

拿法用力要重些，捏法用力要轻些。

捏法是按摩中常用的基本手法，它常常与揉法配合进行。

7.颤法 是一种振颤而抖动的按摩手法。

动作要迅速而短促、均匀为合适。

要求每秒钟颤动10次左右为宜，也就是1分钟达到600次左右为宜。

8.打法 打法又叫叩击法。

临床上多配合在按摩手术后来进行。

当然，必要时也可单独使用打法。

打法手劲要轻重有准，柔软而灵活。

手法合适，能给患者以轻松感，否则就是不得法。

打法主要用的是双手。

常用手法有侧掌切击法，平掌拍击法，横拳叩击法和竖拳叩击法等。

（禁忌证）各种急性传染病、急性骨髓炎、结核性关节炎、传染性皮肤病、皮肤湿疹、水火烫伤、皮肤溃疡、肿瘤，以及各种疮疡等症；妇女经期，妊娠5个月以上的孕妇，急性腹膜炎、急性化脓性腹膜炎、急性阑尾炎患者；某些久病过分虚弱的、素有严重心血管病的或高龄体弱的患者，都是禁忌按摩的。

（注意事项）1.身心放松。

按摩时除思想应集中外，尤其要心平气和，全身也不要紧张，要求做到身心都放松。

2.取穴准确。

掌握常用穴位的取穴方法和操作手法，以求取穴准确，手法正确。

3.用力恰当。

因为过小起不到应有的刺激作用，过大易产生疲劳，且易损伤皮肤。

4.循序渐进。

推拿手法的次数要由少到多，推拿力量由轻逐渐加重，推拿穴位可逐渐增加。

## <<中医技法治百病>>

### 5.持之以恒。

无论用按摩来保健或治疗慢性病，都不是一两天就有效的，常须积以时日，才逐渐显出效果来，所以应有信心、耐心和恒心。

### 6.除上述注意事项外，还要掌握推拿的时间，每次以20分钟为宜。

最好早晚各1次，如清晨起床前和临睡前。

为了加强疗效，防止皮肤破损，在施推拿术时可选用一定的药物作润滑剂，如滑石粉、芝麻油、按摩乳等。

作自我推拿时，最好只穿背心短裤，操作时手法尽量直接接触皮肤。

推拿后有出汗现象时，应注意避风，以免感冒。

此外，在过饥、过饱、酗酒或过度疲劳时，也不要作保健推拿。

<<中医技法治百病>>

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>