

<<一刮灵>>

图书基本信息

书名：<<一刮灵>>

13位ISBN编号：9787530447888

10位ISBN编号：7530447882

出版时间：2010-8

出版时间：北京科技

作者：王敬.

页数：234

字数：200000

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>

<<一刮灵>>

内容概要

刮痧是以砭石刮痧板或水牛角刮痧板等为主要工具，配以十多种手法，作用于人体体表经络穴位与病灶点，对人体具有活血化瘀、排除毒素、自家溶血等作用，既可保健又可治疗的一种绿色生态自然疗法。

刮痧疗法历史上就是平民百姓不花钱就能治病的好方法，像中暑、感冒、腹泻等小毛病，常常是手到病除。

近二十年来，《一刮灵》作者王敬一直致力于刮痧疗法的研究、培训与宣传，出版了数本刮痧专著，到大学、社区、单位举办过很多场的讲座，买过书和听过其讲课的人累积起来差不多有数十万之众。应北京科学技术出版社之邀，将王敬近年来教学、治疗的经验总结提炼成这本以实用为目标的大众健康图书——《一刮灵》，奉献给广大读者。

作者简介

王敬，中国中医药报社文化事业部主任，中国针灸学会砭石与刮痧专业委员会副会长，国家中医药管理局职业鉴定中心中医刮痧师专家委员会副主任委员，中国中医科学院副主任医师，成都中医药大学成人教育学院兼职教授。

主要著作有《中国刮痧健康法》、《中国刮痧健康法大全》、《拔罐——中国真空拔罐健康法》、《家庭刮痧保健》、《保健刮痧师》、《中医刮痧师》。

书籍目录

上篇 基础篇

第一章 概述

中国最古老的治病方法是砭石疗法
砭石疗法在历史上曾被错误理解成石针
砭石疗法是一种有别于针刺疗法的独特外治法
砭石疗法真的“其术绝矣”了吗？

当前砭石疗法的主要存在形式——刮痧疗法
其实砭石疗法最主要的功能就是“刮”
中国刮痧健康法为何物？

第二章 刮痧疗法作用原理

第三章 刮痧疗法的作用

预防保健作用

治疗作用

第四章 刮痧基本手法

单纯刮痧手法

结合刮痧手法

附：刮痧拔罐疗法配合使用三步曲绝招

第五章 刮痧治疗方法

刮痧板等工具的构造功能与修藏

刮痧润肤剂简介

保健治疗前的准备

操作步骤

第六章 刮痧正常反应与异常反应及预防处理

正常反应

异常反应及预防处理

晕刮现象的预防

第七章 刮痧的注意事项

第八章 刮痧禁忌范围与慎用证

第九章 人体各部位刮痧操作程序

头面部刮痧

胸腹部刮痧

上肢刮痧

下肢前、内、外侧刮痧

颈肩部刮痧

背部刮痧

下肢后侧刮痧

下篇 治疗篇

第一章 内科疾病

急性上呼

支气管扩张

急性气管炎和支气管炎

慢性支气管炎

支气管哮喘

<<一刮灵>>

高血压病
冠状动脉粥样硬化性心脏病
心脏神经官能症
低血压病
心律失常
反流性食管炎
食管贲门失弛缓症
急性胃炎
慢性胃炎
碱性反流性胃炎
胃肠神经官能症
胃与十二指肠溃疡病
胃黏膜脱垂症
胃下垂
溃疡性结肠炎
慢性胰腺炎
慢性阑尾炎
慢性腹泻
便秘
肠道易激综合征
肝硬化
幽门梗阻
胆道系统感染和胆石症
慢性胆囊炎
慢性肾小球肾炎
肾盂肾炎
泌尿系结石
尿失禁
尿道炎
膀胱炎
硬皮病
干燥综合征
免疫缺陷病
糖尿病
肥胖病
高脂血症
痛风
脑动脉硬化症
脑血管意外后遗症
癫痫
脊髓空洞症
脊蛛网膜炎
急性感染性多发性
神经炎
面神经炎
股外侧皮神经炎
三叉神经痛

<<一刮灵>>

肋间神经痛
坐骨神经痛
进行性肌营养不良
重症肌无力
自发性多汗症
老年性和早老性痴呆
神经症
更年期精神病
神经衰弱
癔症
强迫症
呕吐
反胃
吐酸
痞病
胃痛
腹痛
呃逆
噎膈
泄泻
便秘
胃缓
癃闭
腰痛
遗尿
淋证
惊悸
胸痹
不寐
多寐
健忘
癫狂
痫证
胁痛
积聚
梅核气
奔豚气
郁证
眩晕
中风
咳嗽
肺痿
失音
感冒
哮喘
喘证

第二章 男科疾病

<<一刮灵>>

阳痿

遗精

早泄

阴茎异常勃起

不射精症

精子异常

血精

白浊

慢性前列腺炎

前列腺增生症

第三章 妇科疾病

月经不调

痛经

闭经

功能性子宫出血

带下病

盆腔炎

外阴瘙痒

外阴白色病变

经前紧张综合征

经行发热

经行乳房胀痛

经行眩晕

经行浮肿

经行身痛

经行泄泻

经行头痛

倒经

更年期综合征

子宫脱垂

产后缺乳

产后腹痛

产后大便难

产后尿潴留

产后宫缩无力

产后发热

急性乳腺炎

乳腺增生病

第四章 儿科疾病

厌食

肠吸收不良综合征

便秘

维生素D缺乏性佝偻病

进行性肌营养不良

遗尿症

第五章 皮肤科疾病

荨麻疹

<<一刮灵>>

银屑病
神经性皮炎
皮肤瘙痒症
多形红斑
多汗症
痤疮
黄褐斑
白癜风

第六章 伤科疾病

肱二头肌短头肌腱损伤
肩峰下滑囊炎
肱骨外上髁炎
指部腱鞘炎
腕管综合征
膝关节侧副韧带损伤
膝关节创伤性滑膜炎
半月板损伤
肩周炎
颈椎病
落枕
慢性腰肌劳损
退行性脊柱炎
梨状肌综合征
腰椎间盘突出症
类风湿性关节炎

第七章 眼科疾病

麦粒肿
视神经萎缩
远视眼
近视眼
弱视

第八章 耳鼻咽喉口腔科疾病

耳源性眩晕
慢性鼻炎
鼻窦炎
过敏性鼻炎
慢性咽炎

编辑推荐

《一刮灵：跟王敬学刮痧（图文版）（附全彩人体经络学位图）》内容主要包括基础篇、治疗篇两部分。

在基础篇中介绍了砭石与刮痧的关系，刮痧保健与治疗原理等，以及刮法、边揉法、角揉法、角推法、按法、点法、拍法、颤法、啄法、摩法、擦法、叩击法等具体手法；治疗篇中详细介绍了200种病证的知识与刮痧部位。

要想学会和使用刮痧。

确定施治部位，选用合适手法，掌握适度的手法力度都是很重要的，有些东西看书能明白，有些东西需要进一步学习、交流和实践，《一刮灵：跟王敬学刮痧（图文版）（附全彩人体经络学位图）》我尽可能地配了很多图，便于大家学习掌握。

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>