

<<健康从脊椎开始>>

图书基本信息

书名：<<健康从脊椎开始>>

13位ISBN编号：9787030244086

10位ISBN编号：7030244087

出版时间：2009-5

出版时间：科学出版社

作者：李启铨

页数：205

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>

## <<健康从脊椎开始>>

### 前言

作为一个行医十多年的美国脊骨神经医学医生，我看待人类健康的角度，是从脊椎开始的。因为世界上最神奇的力量之一，是人体的自愈力，而其关键就在脊椎。

既然身体有自愈力，为何有人会长病不愈呢？

脊骨神经医学将影响健康的因素，归纳为结构、化学、情绪三种。

而结构(人身上摸得到的实体)即以脊椎为首要。

当脊椎关节错位，包覆其中的中枢神经系统随之运作失调，信息传递的功能就被干扰了。

中枢神经系统无法正确接收从生病部位回传的信息，也无法传递支配身体各器官的指令，于是造成自愈力无法准确地复原我们的身体。

如果将错位的关节予以归位，复原其活动性，减少对肌肉、韧带及神经的刺激，并改善内脏的能量和新陈代谢，同时清除心理累积的情绪包袱之后，自愈力就能发挥它“万能医生”的最高效率，治愈疾病。

运用这个原理，笔者帮助了不少患有所谓不明原因的疑难杂症的人们重拾健康，并使生命更加灿烂。

从脊椎着手，我们的确可以寻回生命的春天。

美国发明家托马斯·爱迪生在200年前就已预言：“未来的医生不再给予药物，而会将重点放在照顾患者的骨架结构、饮食以及疾病成因与预防上。

”已有百年历史的脊骨神经医学，正是体现了这样的观点。

当今世界上较先进的国家，均明显朝向自然治愈的医疗理念发展，这不仅是大众的诉求，在这种理念的指引下医学界也探索出了治愈多种病症的疗法。

以美国为例，已有超过一半的医学院都设有这方面的替代医学。

中国人对中西医学均有基础的认知，然而，当面临中西医学帮助有限的疾病时，脊骨神经医学独特的理论与治疗方式，时常能提供新的医疗契机。

甚至，在某些健康问题的治疗上，脊骨神经医学更是首选或扮演与中西医学互补的角色。

过去数年来，笔者曾于台湾地区和美国的报纸杂志开辟专栏，撰写有关脊骨神经医学的文章，让这一个自然健康的疗法，能广为大众所知。

不少读者回应，透过阅读，觉得从文章中仿佛看到自己的健康问题，更能对多年疾病的成因及疑虑有了比较具体的了解，找到治疗方向。

## <<健康从脊椎开始>>

### 内容概要

本书作为医学科普图书，向人们讲述了健康从脊骨神经开始的道理以及一种防病治病的新疗法。许多疾病都是由脊椎神经及肌腱系统的运作不平衡所致，因此，穿越症状表面，脊椎才是健康的关键。

脊骨神经医学综合了传统的医疗技术和当今的科学成果，是一种应用营养、人体工学、生活作息调节、运动以及关节矫正技术进行的保守的治疗方式。

本书的作者李启铨教授具有丰富的基础医学知识与临床医学经验，在本书中作者将自己多年行医所遇到的各种疑难病症及其诊治过程汇编成册，希望读者们在阅读的同时，能对自己多年疾病的成因有正确的认识，从而找到新的治疗方向。

<<健康从脊椎开始>>

作者简介

李启铨，美国脊骨神经医学博士，毕业于美国加州大学圣迭戈分校，就职于美国洛杉矶脊骨神经医学院

<<健康从脊椎开始>>

书籍目录

概述篇 脊骨神经医学 一门又老又新的医学 结构、化学与情绪 架构健康的三大连环 行动力、思维与生活 从一根神经,画生命蓝图 应时变化,瞬间协调 神奇自愈力 身体知道答案,患者就能健康 身体的智慧 一场车祸,造就儿子的意外人生 妈妈带来的大转弯 多个希望,多个选择 在学习之路上 医生有责任,患者也有责任 对身体的责任 倾听心声,身心治疗 启示爱的医疗个案篇 排除结构障碍 头痛 疼痛险些让她放弃事业 眩晕 抓不住重心 颞颥关节综合征 有口难言 颈部疼痛 新郎的眼泪 鞭打症 常见的车祸伤害 脊椎侧弯 角度问题 腰痛 绝非老毛病 腰脊椎或软组织损害 腹痛的元凶 胸闷痛 我得用力呼吸 肌腱炎 轻松一下吧!

腕关节综合征 常见的职业病伤害 运动伤害 灌篮高手 退化性关节炎 世界骨骼年的提醒 排除化学障碍 照顾胎儿与准妈妈 迎接新生命 儿童过敏 过度反应的身体记忆 儿童气喘 向老天争一口气 幼儿腹绞痛 无法解释的号啕大哭 小儿中耳炎 为人父母的梦魇 多动症 停不下来的精灵 中风 牵手与推手 更年期 健康跨越人生门槛 骨质疏松症 终身补钙要趁早 经期综合征 几乎忘了它的存在 疲倦综合征 瞌睡的眼神 淋巴系统阻塞 人体的下水道 肠易激综合征 关心你的便便 低血糖症 细胞的能量失调 排除情绪障碍 过敏反应 心情不好 功能性肾上腺机能衰退 当压力战胜体力 睡眠障碍 还在数羊 心理疾病 完美主义者 精神压力力量的转化 精神官能症 人类病史新问题观念篇 学理篇

## &lt;&lt;健康从脊椎开始&gt;&gt;

## 章节摘录

从19世纪绵延到21世纪，百年风华的脊骨神经医学，铺陈的是一个更深层看待人体的视线，穿越症状的表面，去探讨疾病发生的原因。

健康，真正要解决的是病因，不只是病症。

病了，几乎每个人都曾经历，轻重不同而已；好了，也是大部分患者感受过的，缓急有别罢了。

病了，似乎没得商量；但好了，却可以有所选择。

我们要的是怎样的“好了”？

什么是“好了”？

是症状消失，还是病因解除？

长久以来，人们对身体的观点，经常设定在一个表面标准：原本会痛的、酸的、麻刺的、肿胀的、不舒服的，当这些症状消失了，就是病好了。

这样的惯性思维，限制了我们对健康的追求。

谁在主掌健康的大局？

也许有人会觉得，“健康”是一种抽象状态，什么才是更高的理想？

其实，若能转换一个全新的观点，将眼光回溯到人体运作最根本的架构上，便可以清晰地看见，坐镇其中主掌健康大局者，正与“脊骨神经系统”息息相关。

这个结论，19世纪就已出现。

它之所以能从医疗方法的众多派系中脱颖而出，是因为脊骨神经医学认为，人体一切器官及肌肉组织，皆由脊椎神经所控制，很多功能性疾病的发生，是由于身体脊椎、骨节、神经及肌腱系统的运作不平衡所致。

这样的理念，在1895年，由Palmer医生创始于美国，历经百余年来丰富的探讨与研究，形成了当今的“脊骨神经医学”，发展蓬勃并风行世界各国。

美国是最早立法承认脊骨神经科的国家。

1980年，美国医师学会在芝加哥举行年会，公开承认脊骨神经科的医疗价值和合法地位，其科学性及系统的诊断，已被医学界所认可与普遍接受。

如今美国医学界的七大医师体系中，脊骨神经科已跃居第二大科，医师人数仅次于西医。

随着世界医学的发展趋势，继美国之后立法承认其为合法医疗行为的，有加拿大、澳大利亚、英国、新西兰、南非、瑞典等六十个国家。

而在韩国、菲律宾、希腊、埃及等二十多个国家，也均有此科医生自欧美留学后又归国服务患者。

脊骨神经科的医疗遍布全球八十多个国家，可见此科的普及性和被需求性。

百年风华新医学从19世纪绵延到21世纪，百年风华的脊骨神经医学，铺陈的是一个更深层看待人体的视线，穿越症状的表面，去探讨疾病发生的原因。

健康，真正要解决的是病因，不只是病症。

举例而言，比如膝盖酸痛，发生的原因可能是关节错位，于是造成软组织刺激，周围的肌肉、韧带、软骨、椎间盘连带受到影响，血液循环和淋巴系统随之而阻滞不通，甚至压迫或干扰神经的运作，酸痛的症状就出现了。

发生症状，是身体一种求救的信号灯，如果，用止痛药或肌肉松弛剂等类化学成分让症状消失，等于是把信号灯罩住。

表面上的感觉是舒服了，但内在的原因并没有解决，还在里面继续发作。

日后还是会复发，可能会形成关节的逐渐磨损、破坏，以至于关节退化了，时间拖久，反而问题更大。

脊骨神经医学的方法是，把错位的关节矫正，病因消除了，身体自然不会再发出不舒服的信号，症状当然也就消失了。

“治标”与“治本”一并掌握，在这门又老又新的医学里，渗透着对人类健康的百年思索。

## <<健康从脊椎开始>>

### 编辑推荐

《健康从脊椎开始》：你是否每天都生活在生不如死的头痛欲裂中，忍受着让人坐立难安的疼痛，被失眠状态困扰着……其实，很多的病因都是脊准错位引起的，只要矫正脊椎关节、使神经传导正常，人体与生惧来的自愈力就能展现它的神奇力量！

一根脊椎，影响你的一身骨骼结构，器官功能，生理功能，心理情绪……《健康从脊椎开始》让你一窥脊骨神经医学的面貌，也提供给你另一个医疗新选择，健康新观念与简易保健方法。

<<健康从脊椎开始>>

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>