

<<针灸治疗肥胖病>>

图书基本信息

书名：<<针灸治疗肥胖病>>

13位ISBN编号：9787117118842

10位ISBN编号：7117118849

出版时间：2009-6

出版时间：人民卫生出版社

作者：朴联友 编

页数：237

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>

<<针灸治疗肥胖病>>

前言

肥胖是由能量摄入超过消耗，从而使得体内脂肪积聚过多而导致的一种疾病。它不仅影响了患者的形体美观，而且是身体健康损伤的先兆，直接地影响了肥胖患者的心理和生理健康，降低了生活质量。

科技的进步提高了人们的生活水平，人们在享受现代科技带来的方便与快捷的同时，对健康和美的追求越加强烈，因此，肥胖问题越来越受人们的关注。

近年来，涌现出多种治疗方法，诸如节食疗法、西药疗法、手术疗法等，但总有不足之处，因而如何在减肥的同时寻求一种安全、简便、快捷且对人体几乎无任何伤害的治疗方法，已成为社会各界人士、肥胖患者和医务人员共同关注的焦点。

针灸疗法可调节人体各系统的功能，提高机体免疫力，抑制饥饿中枢的兴奋性，调整机体神经内分泌、消化系统功能，针后患者有明显的饱腹感，从而能够轻松地减肥，其原理不仅在历代医籍中有所体现，并且逐步得到现代医学的实验证实。

鉴于针灸减肥因其本身具有疗效显著、应用方便、无毒、副作用少的特点而备受患者青睐，因此在众多减肥方法中，针灸疗法以其独特的疗效、良好的双向调节作用脱颖而出。

据笔者多年治疗肥胖的经验和长期为针灸美容减肥班授课的感受，深深体会到大家急需一本实用、安全、可重复、操作性强且新颖有效的针灸减肥书籍。

为此，我们特地编写了《针灸治疗肥胖病》一书，以供国内外医务工作者和肥胖患者阅读参考。

<<针灸治疗肥胖病>>

内容概要

肥胖已成为当今世界的热门话题。

肥胖不仅影响美观，而且会引发多种疾病；肥胖不但缩短人的生命，降低生活质量，而且给肥胖者带来不良心理和社会影响。

针灸疗法是我国传统的治疗方法，可调节人体各系统的功能、提高机体免疫力。

针灸减肥具有疗效显著、应用方便、经济安全、无毒、副作用少的特点，因而备受医务人员和肥胖者的关注。

为此，我们特编写《针灸治疗肥胖病》一书。

《针灸治疗肥胖病》从实用的角度出发，以治疗单纯性肥胖为目的，介绍多种实用、安全、可重复、操作性强、新颖有效的治疗方法，以供国内外广大医务人员、肥胖患者阅读及参考应用。

<<针灸治疗肥胖病>>

书籍目录

第一章 概述	第一节 肥胖的分类	一、单纯性肥胖	二、继发性肥胖	三、药物性肥胖
第二节 中西医对肥胖的认识	一、中医对肥胖的认识	二、西医对肥胖的认识	第二章 肥胖的诊断	
第一节 肥胖的测量	一、体重测量	二、体围测量	三、仪器测量	四、B超检查
第二节 肥胖的判定标准及诊断	一、成人体重指数	二、脂肪百分率	三、体重	四、单纯性肥胖的诊断
第三章 针灸减肥适应范围	第一节 适用范围	第二节 不适用范围	第三节 特殊群体	
第四章 针灸方法及其注意事项	第一节 毫针法	一、毫针刺法	二、治疗时间和疗程	三、针刺注意事项
第二节 耳针法	一、治疗肥胖的常用耳穴	二、耳针的操作	三、耳针的临床应用	
第三节 针灸全息疗法	一、概述	二、穴位分布	三、诊疗方法	第四节 时间针法
一、天干地支	二、纳甲法	三、纳子法	四、飞腾八法	五、灵龟八法
第五章 治疗肥胖的常用腧穴	第一节 头面部腧穴	一、头部腧穴	二、面部腧穴	第二节 胸腹肋部腧穴
一、胸部腧穴	二、腹部腧穴	三、肋部腧穴	第三节 背腰部腧穴	一、背部腧穴
二、腰骶部腧穴	第四节 四肢部腧穴	一、上部腧穴	二、下部腧穴	第六章 肥胖的治疗
第一节 毫针治疗肥胖	一、中医辨证取穴处方	二、肥胖伴随症状的取穴处方	三、肥胖发病时期的取穴处方	四、肥胖常见伴随疾病的取穴处方
五、肥胖局部减肥的取穴处方	第二节 耳针治疗肥胖	一、耳针治疗主穴	二、耳针治疗辅穴	三、操作
第三节 腹针治疗肥胖	一、处方	二、处方二	三、处方三	第四节 芒针治疗肥胖
第五节 背针治疗肥胖	第六节 电针治疗肥胖	第七节 梅花针治疗肥胖	一、操作方法	二、注意事项
第八节 腕踝针治疗肥胖	一、针法特点	二、治疗方法	三、治疗	四、注意事项
第九节 时间针法治疗肥胖	一、纳甲法针法的应用	二、纳子法针法的应用	三、飞腾八法针法的应用	四、灵龟八法针法的应用
第十节 全息针法治疗肥胖	第十一节 拔火罐治疗肥胖	一、拔火罐方法	二、启罐方法	三、启罐后皮肤反应及处理
第十二节 中药及果蔬治疗肥胖	一、胃肠实热型	二、肝郁气滞型	三、脾虚湿困型	四、心脾两虚型
五、脾肾两虚型	六、肝肾阴虚型	七、阴虚阳亢型	第十三节 典型病例	一、病例1
二、病例2	三、病例3	四、病例4	第七章 问题解答	第八章 治疗肥胖的文献节选参考书目

<<针灸治疗肥胖病>>

章节摘录

4.社会因素 (1) 社会发展：由于科学技术的发展，工业机械化、电气化、信息化使人们的生活方式发生了巨大变化，人们下班后享用现代化厨房，茶余饭后打计算机、看电视。另外计算机、电话、汽车、洗衣机、冰箱、天然气、暖气等电器的工作替代了各种劳作。现代化的优越的生活条件，把人们从繁重的体力劳动中解脱出来，人们休闲、娱乐、学习的时间多了。

(2) 食物供应：市场繁荣，各种食品供应充足；方便食品的增加，方便食品中油炸及含糖较多，含维生素、纤维素减少。

(3) 社会偏见：由于社会对肥胖人群抱有肥胖者在各方面都不如别人，因此歧视肥胖者，导致肥胖者拒绝参加各项社会活动而静多动少。

(4) 文化素质：有专家证明，文化素质越高，对膳食营养、身体健康等方面知识了解得越多，越重视自己的饮食行为，知道该如何调配自己的饮食；如果文化素质不够高，对膳食营养、身体健康等方面知识了解得不够多，尤其是经济条件好的人，则对自己的饮食行为过于放纵，往往使得高脂肪、高热量膳食摄入过多。

(5) 环境因素：职业性质属于：经常或长期坐位工作者，运动机会少，大多腹部、臀部肥胖。

食品厂工作者，如经常接触糖果、糕点等食品，进食机会多。

厨师工作者，经常受油及香味刺激，进食高热量食物机会多。

家庭妇女，经常在家做饭、做家务，接触零食机会多。

这些均可成为肥胖的原因。

(6) 经常聚会：结交很多朋友，经常与朋友聚会，大吃大喝、吸烟、饮酒、熬夜、吃夜餐等导致热量摄入过多，身体肥胖。

<<针灸治疗肥胖病>>

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>