

## <<自我治疗皮肤病>>

### 图书基本信息

书名：<<自我治疗皮肤病>>

13位ISBN编号：9787513210195

10位ISBN编号：7513210195

出版时间：2012-9

出版时间：中国中医药出版社

作者：王海泉，李琳，辛梅 编著

页数：197

字数：236000

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>

## <<自我治疗皮肤病>>

### 内容概要

《自我治疗皮肤病》由王海泉、李琳、辛梅编著，本书将传统医学中的按摩、拔罐、刮痧、熏洗、艾灸、手疗、足疗、耳疗、药物、贴敷、食疗以及现代医学中的运动、音乐、心理调护的治病方法介绍给读者，为患者提供更多自我治疗的途径，突出其自然性、实用性，使读者易读、易懂、易掌握，在家中就可进行自我治疗，充分发挥患者主观能动性，为患者开辟自我康复的新天地，希望能对患者有所裨益。

## <<自我治疗皮肤病>>

### 书籍目录

#### 第一章 概述

- 什么是皮肤病
- 常见皮肤病的病因病理
- 常见皮肤病的诊断与分类
- 常见皮肤病的西医药治疗
- 中医学对皮肤病的认识

#### 第二章 认识经络和腧穴

- 什么是经络和腧穴
- 治疗皮肤病的常用穴位

#### 第三章 皮肤病的躯体按摩法

- 什么是按摩疗法
- 皮肤病常用按摩法

#### 第四章 皮肤病的足底按摩法

- 什么是足底按摩法
- 足底按摩手法

#### 第五章 皮肤病的手部按摩法

- 皮肤病的常用手穴
- 手部按摩法治疗皮肤病

#### 第六章 皮肤病的耳穴按摩法

- 皮肤病常用耳穴
- 耳穴按摩治疗皮肤病

#### 第七章 皮肤病的拔罐疗法

- 什么是拔罐疗法
- 皮肤病常用拔罐法

#### 第八章 皮肤病的刮痧疗法

- 什么是刮痧疗法
- 皮肤病常用刮痧法

#### 第九章 皮肤病的汤药治疗

- 什么是中医汤药
- 皮肤病常用中药

#### 皮肤病常用偏方验方

#### 第十章 皮肤病的贴敷疗法

- 什么是贴敷疗法
- 皮肤病常用贴敷法

#### 第十一章 皮肤病的熏洗疗法

- 什么是熏洗疗法
- 皮肤病常用熏洗法

#### 第十二章 皮肤病的艾灸疗法

- 什么是艾灸疗法
- 皮肤病的常用艾灸疗法

#### 第十三章 皮肤病的饮食疗法

- 什么是食疗
- 皮肤病饮食禁忌
- 皮肤病饮食选择

## <<自我治疗皮肤病>>

皮肤病常用药膳

第十四章 皮肤病的运动疗法

什么是运动疗法

运动防治皮肤病

第十五章 皮肤病的音乐疗法

什么是音乐疗法

皮肤病常用音乐疗法

第十六章 皮肤病的心理调护

什么是心理疗法

皮肤病中的心理问题与调护

第十七章 皮肤病的预防

## <<自我治疗皮肤病>>

### 章节摘录

版权页：插图：三、足底按摩注意事项 1.按摩前必须剪短指甲并洗净手，为了避免损伤皮肤，应在皮肤上涂上按摩油膏以滋润滑，然后再根据被按摩部位的情况，采取绕圈式的揉搓或上下式的挤压方式进行按摩。

而且对大部分的按摩部位来说，需要注意要往心脏方向按摩，刺激的强度应从轻到重，逐渐增加压力。

2.房间要保温、通风、保持空气新鲜。

夏季治病时，不可用风扇吹患者双脚。

3.假如患者精神紧张，身体疲劳或正处于情绪激动之中，要让患者稍事休息，待患者平静下来后再进行治疗。

4.按摩后半小时内，饮温开水500ml（肾脏病者不要超过150ml），以利于代谢废物排出体外。

5.避免压迫骨骼部位，防止出现骨膜炎或出血肿胀现象。

患血小板减少症者容易发生青紫肿块，应该注意。

6.脚部受伤，避免在受伤部位加压，应找出上下肢相关反射区的疼痛点按摩。

7.长期接受足部按摩，足部痛的感觉就会迟钝，这时可用盐水浸泡双脚半小时，脚的敏感性就会增强，治疗效果也会大提高。

四、足底按摩禁忌证 任何疗法都有其局限性，不可能包治百病，例如：对于急性传染病和急性中毒等急性病证，必须首先采用药物或其他方法遏制病势的发展，而将足底按摩作为一种补充的康复手段或辅助疗法。

其次，在妇女月经或妊娠期间应避免使用足底按摩，以免引起子宫出血过多或影响胎儿健康。

第三，因足底按摩有促进血液循环的作用，所以对脑出血、内脏出血及其他原因所致的严重出血病患者，不能使用，以免引起更严重的出血。

第四，对那些严重肾衰、心衰、肝坏死等危重病人，足底按摩的刺激可引起强烈的反应甚至使病情恶化，故必须慎用。

第五，对于肺结核活动期的患者，不能应用，以免结核菌随血行播散，导致弥漫性、粟粒性结核的严重后果。

第六，对于频发心绞痛患者，应嘱病人绝对卧床休息，并尽量妥善送医院就医，绝不能滥用足底按摩。

第七，高热、极度疲劳、衰弱，长期服用激素、脚部病变不适用于按摩的患者。

<<自我治疗皮肤病>>

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>