

<<图解艾灸健康手册>>

图书基本信息

书名：<<图解艾灸健康手册>>

13位ISBN编号：9787534146435

10位ISBN编号：7534146437

出版时间：2012-8

出版时间：浙江科学技术出版社

作者：任昱，易文军

页数：269

字数：210000

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>

## <<图解艾灸健康手册>>

### 内容概要

《图解艾灸健康手册》编著者祝亚男等。

人体上的每一条经络，都是我们身体所需气血的通道，对健康有很大影响。而经络上的每一个穴位，都相当于一味大药，既可防病治病，还能强体健身。并且，其操作简单一学就会、材料简便不花分文、没有任何毒副作用，是纯天然的绿色疗法，是现代家庭非常喜爱的健康法。

## <<图解艾灸健康手册>>

### 作者简介

易文军，主治医师。

男，毕业于北京中医药大学。

现就职于中国中医科学院中国针灸学会，主要从事针灸的临床及管理工作，参与组织针灸国家标准的制定，制作国家标准艾灸的推广与立用科普宣传光盘1张。

毕业于浙江中医药大学。

现就职于浙江省中医院，从事中医儿科的临床和教学工作。

编著有《育儿真经》、《中医儿科临床实践》等医学类图书。

## <<图解艾灸健康手册>>

### 书籍目录

- 第一章 初始神奇的艾疗
  - 艾疗及其沿革
  - 艾疗的四大益处
  - 艾疗的四大功效
  - 如何选择艾绒
  - 炷、条自制法
  - 艾疗禁灸病症
- 第二章 做自己的艾疗师
  - 种常用取穴法
  - 种常用施灸法
  - 施灸适应证与说明
  - 灸多少壮为好
  - 禁灸的几大部位
  - 艾疗个“怎么办”
- 第三章 灸治内科病
- 第四章 灸治外科病
- 第五章 灸治男科病
- 第六章 灸治妇科病
- 第七章 灸治儿科病
- 第八章 灸治骨科病
- 第九章 灸治五官科病
- 第十章 灸治皮肤科病
- 第十一章 灸助养颜

## <<图解艾灸健康手册>>

### 章节摘录

版权页：插图：取穴是灸治效果的关键，如何取穴呢？

这里做两点介绍：1.对症定位取穴 按穴位特性取穴，如“针风，先向风府、百会中；或针水、水分挟脐上边取……”！

采用的是穴位对全身性疾病的治疗作用，高热取大椎、心悸选内关。

如胆囊疾病取胆囊穴，落枕取悬钟，带下症取带脉，乳房疾病取乳根，头痛取太阳，感冒取大椎，牙痛取颊车，腹痛取神阙（肚脐）。

还可以根据病情选择特殊治疗作用的穴位（特定定）。

不仅对疾病的治疗有意义，对疾病的诊断也有意义。

病理反应点，可按经脉循行规律的分布区域在疾病相对应的体表部位来寻找出病理反应性疹点或压痛点。

脏腑病变多在相对应的背腰部出现病理反应点。

肩背区：约第7颈椎以下至第7胸椎棘突下的肩背部区域。

多用于治疗心、肺病及有关组织、器官的疾病，胸背部病症，头面部病症，上肢疼痛、麻木及运动功能障碍等。

腰背区：约第7胸椎棘突下至第1腰椎棘突下的背腰部区域。

多用于治疗肝、胆、脾、胃、大肠、小肠、三焦病及有关组织、器官的病症，上腹部、背腰部病症。

腰骶区：约从第1腰椎棘突下至长强穴的腰骶部区域。

多用于治疗肝、肾、膀胱、大肠、小肠病及有关组织、器官的病症，并可用于强身壮体保健。

临床上可以根据以上所述分区及主治范围，结合背腰部检查之阳性所得（如反应性疹点、压痛点等）而选定治疗部位。

一般按先上后下，先中间后两侧，先左后右的顺序，仔细观察背腰部皮肤有无光泽改变，皮肤潮红与否，有无皮损、脱屑、瘀点、凸起与凹陷等，再按中线（督脉） 脊旁0.5寸（华佗夹脊穴） 脊旁1.5寸（俞穴） 脊旁3寸 脊旁4寸顺序切诊。

切诊时，双手同时对称地检查左右两侧，用循摸、触压等方法，以发现有无压痛、结节，感知肌肉紧张度、皮肤温度和温度的改变，以及有无酸、麻、胀等敏感反应。

这是我国古人从长期医疗实践中总结出来的非常科学的取穴方法，最早记载见于《灵枢·骨度》篇。骨度分寸定位法是以人体体表骨节标志测量全身各部位的长度和宽度，并依此尺寸按比例折算作为取穴的标准。

不论男女、老少、高矮、胖瘦，均可按照此标准测量。

<<图解艾灸健康手册>>

编辑推荐

购买同系列请见：《图解拔罐健康手册》《图解刮痧健康手册》《图解足疗健康手册》《图解按摩健康手册》

<<图解艾灸健康手册>>

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>