第一图书网, tushu007.com

# <<现代经络美容法>>

## 图书基本信息

书名：<<现代经络美容法>>

13位ISBN编号：9787536458727

10位ISBN编号：753645872X

出版时间：2006-3

出版时间：四川科学技术出版社

作者：王君竹

页数：110

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

## 前言

随着美容行业的不断发展，各种美容方法及美容品应运而生。
然而，一些护肤及保健品在使用过程中出现的毒副反应，让人们意识到非药物疗法的重要性。
人们呼唤自然疗法，注重人体的自愈能力，渴望能从根本上解决脏器失调引起的皮肤问题，如色斑、暗疮、衰老、晦暗等。
现代经络美容法顺应了人们的需要，它依循古老的中医经络理论，结合现代物理美容方法走进了女人世界，引领健康美容新时代的到来。
女人，在任何一个年龄阶段都有她迷人的美。
年轻有年轻的美，中年有中年的韵味儿，老年也有老年的风采。
具有春天气息的女性，皮肤细腻、润泽，自然聪慧，迷人。
她们精力充沛，气度不凡，工作起来浑身有使不完的劲；她们热爱生活，敢于迎接挑战。
女人的美是多方面构成的，从外表到内涵，从体态到气质，从健康到修养，从语言到神态，无不体现着女性独特的美丽。
她们是一道靓丽的风景线，受到社会的偏爱。
愿美丽从我做起，让我们的生活充满阳光！
充满惊喜！
美容行业进入中国已有25年的历史，美容已经成为广大女性生活中不可缺少的组成部分。
但许多美容产品中的化学物质却产生着种种毒副作用，许多美容方法也只能从表皮进行护理，不能从皮肤表面的病变来辨别发病的根源，从而清理体内垃圾，使美颜重焕。

第一图书网, tushu007.com



## 内容概要

《现代经络美容法》以中医理论为指导，以能够调动人体自愈功能的物理疗法为手段，把深奥的医学理论炼成简短、通俗易懂的语言，把传统的刮痧、拔罐、艾灸、刺血等中医技术应用于美容，并配有图片，简单形象，一目了然，使广大女性不出家门便可自己美容。

# <<现代经络美容法>>

## 书籍目录

经络美容概述刮痧美容的基本知识一、刮痧的由来二、什么叫痧症三、刮痧的作用原理四、刮痧工具介绍面部刮痧美容的基本知识一、面部刮痧的适应人群二、痧症的表现三、色斑的诱因四、人体各器官功能失调在皮肤上的表现特征1.肺虚型黄褐斑2.肝肾阴虚型色斑3.脾胃虚弱型色斑4.肝郁型色斑5.肾型色斑6.胆热型色斑五、痤疮的表现六、痤疮的分类心1.脾胃湿热型痤疮2.肺热型痤疮3.热毒型痤疮4.肝郁型痤疮5.阴虚火旺型痤疮6.血热型痤疮7.湿毒型痤疮七、面部颜色的自我诊断八、对面部三焦的认识——五脏六腑的反射区1.上焦——心肺区的问题分析2.中焦——肝胆脾胃的问题分析 3.下焦——卵巢、子宫、肾脏的问题分析J7九、面部刮痧的手法分解十、面部刮痧的操作手法1.头部刮痧手法2.面部刮痧手法十一、面部刮痧的补泻方法与适应人群背部刮痧美容的基本知识——色斑类面部皮肤的调理一、背部刮痧美容的基本操作程序二、各类面部皮肤问题的养护方法1.正常向部皮肤的刮痧养护法2.肝郁型面部色斑的护理方法3.脾虚型面部色斑的护理方法4.肾虚型面部色斑的护理方法拔罐美容的基本知识一、拔罐的作用二、背部拔罐美容法的作用和拔罐种类1.单罐2.多罐3.闪罐4.留罐5.滑罐三、拔罐美容操作手法四、背部罐斑分析五、拔罐美容的实际运用1.皮肤保养类巧(1)黑眼圈卸眼袋的拔罐调理法(2)皮肤保养的拔罐调理法2.减肥类(1)腹部拔罐减肥(2)背部肥厚的拔罐减肥塑形(3)臀部肥大的拔罐减肥塑形3.皮肤、肌肉松弛类(1)产后腹部松弛的拔罐调理法(2)臀部肌肉松弛的拔罐调理法(3)腰肌松弛的拔罐调理法4.乳房保养类一乳房下垂的拔罐调理法六、拔罐美容的注意事项艾灸美容的基本知识一、艾灸的作用二、艾灸的三大美容功效1.面部皮肤方面2.眼部方面3.妇科方面三、艾灸的家庭美容秘方四、各类痤疮、色斑的家庭美容小贴士巧五、艾灸美容的实际运用1.肥胖类(1)单纯性肥胖的艾灸减肥调理法(2)实胖型的艾灸减肥调理法 (3)臀部松弛的艾灸调理法(4)瘦腰减肥的艾灸调理法 (5)腹部减肥的艾灸调理法2.皮肤类(1)预防肌肤老化的艾灸调理法(2)抗衰老的艾灸调理法(3)痤疮的艾灸调理法(4)黄褐斑的艾灸调理法(5)黑眼圈的艾灸调理法(6)消除眼袋的艾灸调理法六、灸法美容的注意事项七、女性生殖系统的艾灸保养1.卵巢保养2.子宫保养3.附件保养4.女性生殖系统保养的注意事项

## 章节摘录

插图：一、刮痧的由来“刮痧”是中华民族传统医学的重要内容之一。
“刮痧”的“痧”字就是指“痧症”。
刮痧疗法起源于旧石器时代。
古人患病时，出于本能用手抚摩或者石片捶击身体表面的某一部位，有时竟然能使疾病得到缓解。
通过长期的实践与积累，逐步形成了砭石治病的方法，这也是“刮痧”疗法的雏形。
在唐朝，人们开始用苎麻刮治痧病；至元、明，以瓷调羹蘸香油刮背，病自松解的传统刮痧疗法在民间已广泛应用。
这种方法中国南方地区更为流行。
由于刮痧方法易于被人掌握，疗效快，能迅速被患者感知，故成为药物内服或注射以外的一种既可预防保健，又能治疗疾病的简便方法。
该方法不仅易于被患者接受，而且还是开展“人人医学、家庭医学”的济世良法。
刮痧疗法发展到今天已经成为一种适应病种非常广泛的自然疗法。
明代医学家张凤逵在《伤暑全书》中，对于痧症的病因、病机、症状都有具体的描述。
他认为，毒邪由皮毛而入，可以阻塞人体的经脉和气血，使气血流通不畅；由口鼻而入，就阻塞络脉，使络脉的气血不通。
毒邪越深，郁积得越厉害，发病就越剧烈。
对于这种情况，必须采取急救的措施，也就是必须用刮痧、刺血的办法来治疗。
运用刮痧疗法，将刮痧器皿在表皮经络穴位上进行刮拭，直到刮出皮下出血凝结成像米粒样的红点为止。
通过发汗使毛孔张开，痧毒（也就是病毒）随即排出体外，从而达到治疗的目的。

## 编辑推荐

《现代经络美容法》四川科学技术出版社出版。

第一图书网, tushu007.com



## 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