

<<血液迴圈，95%的病自己會好>>

图书基本信息

书名：<<血液迴圈，95%的病自己會好>>

13位ISBN编号：9789866228308

10位ISBN编号：9866228304

出版时间：2012-4-30

出版时间：采实文化

作者：福田稔、福田理惠

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>

## <<血液迴圈，95%的病自己會好>>

### 內容概要

體溫超過39.9度（瞬間體溫，不是發燒的高溫），癌細胞就會死亡。

日本免疫權威教你33個簡單方法，半身浴（10分鐘就夠了）、按摩，「血液循環」好，病自己會好。

有感冒前兆（吞口水會痛、流鼻涕、頭暈……），你的第一個反應是什麼呢？

看醫生？

買成藥吃？

其實，你的身體都知道你感冒了。

與其急著吃化學藥劑，不如回家泡個腳、按按穴道、洗個熱水澡……，只要「提高身體溫度」，自癒力就能被啟動，你，為什麼不做呢？

生病的時候，「身體」比「醫生」更早知道，因為-----人體內的血液扮演著輸送養分的重要角色，一旦血液循環差，連新陳代謝就會變慢。

再加上，生活中無可避免會接觸到許多有害物質，日積月累，毒素愈積愈多，阻礙血液循環，各種疾病癌症自然找上門，尤其是「慢性病」。

糖尿病、心臟病等心血管疾病，都跟血液不循環密切相關。

日本免疫權威福田稔醫師，因長期接受患者身上的毒氣，造成血液阻塞，先後併發腦梗塞、心臟衰竭及憂鬱症。

罹病之後，他致力研究提升血液循環的排毒治療法，以免疫學專長結合女兒福田理惠擅長的中醫陰陽之學與全食物飲食，成功發展出一套效果驚人、通用於各種疾病的自癒療法，啟動身體自己修復機能，比吃西藥打針有效。

人人都能在家實行的簡單方法，【泡澡】+【按摩】+【吃全食物】，可以輕鬆排出體內毒素，提高血液循環，擺脫疾病夢魘！

從肝炎、憂鬱症到癌症，通通有效！

1億人都在做的「33個排毒法」，神奇效果有-----。被醫生宣告僅剩4個月生命的【胰臟癌】患者，靠免疫療法抗癌成功。

- 罹患重度【憂鬱症】多年的50歲女性，在刺絡放血後徹底根治。
- 因【類風濕性關節炎】長年無法走路的63歲女性，接受髮旋療法1年後成功恢復健康。
- 3年半無法行房的【前列腺肥大】患者，在仙人穴刺激後找回性福人生。
- 因【異位性皮膚炎】肌膚嚴重潰爛，10年不見好轉的32歲男性，實行長壽飲食法後病情好轉。
- 70歲男性【肝功能異常】，在實行鼠蹊部療法後，竟排出膽石，不藥而癒。
- 【潰瘍性大腸炎】40歲男性患者，藉著指頭按摩找回健康。

本書作者福田稔醫師原本是外科醫師，幫助過無數患者切除盲腸或惡性腫瘤。

但他發現，對癌症病人來說，即便切除腫瘤，疾病也不能如預期痊癒。

就算開刀技術再高明，對病患投予再昂貴的添加化學物質的合成藥物，許多病症還是沒辦法治好。

這些照護病人的方法，讓他深感不對勁。

2001年，作者本人罹患腦梗塞、心臟衰竭，2003年更患上了憂鬱症，經歷一連串的疾病打擊，歷經一心求死卻不可得的病痛過程，終於，作者深刻體驗了生病者的心情。

於是，他開始致力研究不吃西藥、不打針的自癒療法，結合中西醫理論和原理，提出日本當今最流行，1億人都照這樣做的「福田式健康法」，他的健康理念重點如下：（一）體溫超過39.9度，癌細胞就會死亡。

癌症最喜歡冰冷的環境，35度正是最利癌細胞增生的溫度，當體溫超過39.9度，癌細胞就會死亡。

利用這個特性，本書作者提出讓體溫升高，且人人都可以在家做的簡單方法，如用熱水泡腳和手、指頭按摩穴道……，天天高溫泡澡，就能修復體內病源。

（二）「穴道按摩」是提高身體的自癒力，最快速、最有效的居家療法。

透過簡單的穴道按壓、髮旋療法及指頭按摩，排出老廢物質，就能有效排除毒素，找回身體的自癒力，用自己的力量把病治好。

## <<血液迴圈，95%的病自己會好>>

(三) 掌握治病「三要」(體溫、代謝、循環)，啟動體內修復機制。

只要提高體溫、排出老廢物質、促進血液循環，就能不依賴藥物治療，修復身體。

(四) 實踐「大自然生機飲食法」，讓「食物」成為健康良藥。

選擇當季的新鮮食物，搭配糙米蔬食，完整攝取營養，少吃內臟，輕鬆實踐最天然的健康飲食。

(五) 泡澡 + 5招下半身循環操，即可預防95%的病。

「淋浴」洗澡只能洗去身體污垢，「泡澡」(泡手足也有效)才能舒緩僵硬的肌肉，促進血液循環，調整自律神經平衡。

作者提出五招簡單易做的「下半身循環操」，血液循環至腿部離心臟最遠，小腿肚肌肉力量決定人體的循環能力。

<<血液迴圈，95%的病自己會好>>

作者簡介

【日本自律神經免疫權威】 福田稔 (Fukuda Minoru) 1939年出生於福島縣，新瀉大學醫學院畢業，1967年進入新瀉大學醫學院第一外科任職。

自從1996年解開「晴天容易引起闌尾炎」之謎後，就與安保徹醫師開始了共同研究，之後陸續接觸井穴和頭部刺絡療法，加以自行研究，確立「自律神經免疫療法」。

現為福田醫院醫師、日本自律神經免疫治療研究會理事長、湯島清水(土反)診所顧問。

【專業中醫推拿師、飲食療法研究家】 福田理惠 (Fukuda Rie) 1971年出生於新瀉縣，1994年畢業於成城大學文藝學院英文學系。

2005年取得美國正食學院 (Kushi Institute) 正食顧問資格，2008年取得針灸、推拿的國家資格。

提倡大自然健康飲食法，透過個人感受，結合自律神經免疫療法、排毒、溫熱等方法，提高治療效果。

為針灸及按摩推拿師、飲食療法研究家，經常以醫師與針灸師的身分於各地舉辦講習。

譯者簡介游韻馨 熱愛翻譯、追求夢想的全職譯者。

譯作包括《說話有自信，老闆、朋友都挺你》(采實文化)、《跨越一步的勇氣》、《女設計師：她們的工作空間、創意和夢想》等。

部落格：[kaoruyu.pixnet.net/blog](http://kaoruyu.pixnet.net/blog) e-mail：[kaoruyu@hotmail.com](mailto:kaoruyu@hotmail.com)

## <<血液迴圈，95%的病自己會好>>

### 書籍目錄

序—體驗病痛之苦，研發人人都能做的「排毒法」—福田稔序—結合中西醫療法，才是健康之道—福田理惠第一章「陰」與「陽」決定身體的健康Lesson 1—少吃化學合成的藥物Lesson 2—「放鬆」和「運動」要均衡，幫助身體代謝毒素Lesson 3—提高自癒能力，是治療的目的Lesson 4—「睡美容覺」有道理？

夜晚才能修復身體Column 1—「血緣」為我開創中醫之路！

第二章 為什麼會生病？

因為「自律神經」失調了！

Lesson 5—小心！

「自律神經失調」是致病元兇Lesson 6—「長期濫用藥物」是導致疾病的主因Lesson 7—排出身心之毒，就能根治疾病Lesson 8—老廢物質堆積，身體當然會生病Lesson 9—冬天代謝緩慢，「身體保暖」就不易生病Column 2—越愛化妝，皮膚越容易出狀況！

第三章 如何治療疾病？

體溫高、血液循環好、排出毒素就對了！

Lesson 10—戰勝病魔，95%的關鍵在自己Lesson 11—西藥治不好的病，靠「免疫力」就對了Lesson 12—中西合併治療方法，最有效Lesson 13—「髮旋療法」有效改善患者病況Lesson 14—看起來「病情加重」，有時候是好轉的開始！

Lesson 15—促進血液循環，「一針」見效Lesson 16—大腸癌、癌症，全靠「指頭按摩」Lesson 17—「仙人穴療法」決定下半身的健康Lesson 18—「熱療法」提高體溫，擊退癌細胞Lesson 19—併用按摩與針灸療法，效果加乘Column 3—選擇適合自己的治療方式和醫生第四章 提高自癒力，95%的病都會消失！

Lesson 20—戶外走動，有助增加「體內磁氣」Lesson 21—雙手按摩身體，促進血液循環Lesson 22—不穿太緊的鞋子，避免壓迫腳部Lesson 23—「按壓穴道」會痛，表示「老廢物質」堆積Column 4—治療的關鍵在於加強敏銳度！

第五章 最簡單的「大自然生機飲食法」，在快樂中把病醫好Lesson 24—只吃當季且新鮮的食物Lesson 25—依照「體質」選擇你吃的食物，多吃糙米蔬食Lesson 26—多吃糙米，提高免疫力Lesson 27—完整吃下整個食物，「內臟」最毒最好不要吃Lesson 28—「異位性皮膚炎」的治療關鍵，就是排毒Lesson 29—食物「有機」，鍋具「有毒」？

塑膠、鋁鍋通通別用Column 5—對「環境」與「食物」要心存感激第六章 福田式健康生活術，泡澡+5種下半身運動，完整大公開！

Lesson 30—高溫泡澡，有效修復體內損傷Lesson 31—半身浴搭配天然精油，排出多餘水分Lesson 32—多走路，幫助下半身循環Lesson 33—多利用小蘇打、醋當清潔劑Column 6—召喚幸福的快樂生活術！

<<血液迴圈 , 95%的病自己會好>>

编辑推荐

中華民國自律神經失調症協會理事長 郭育祥歐陽英樂活生機網網主 歐陽英

<<血液迴圈，95%的病自己會好>>

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>