

<<灸祛病痛一身轻.图解艾灸保健>>

图书基本信息

书名：<<灸祛病痛一身轻.图解艾灸保健>>

13位ISBN编号：9787509158043

10位ISBN编号：7509158044

出版时间：2012-9

出版时间：人民军医出版社

作者：王启才

页数：214

字数：221000

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>

## <<灸祛病痛一身轻.图解艾灸保健>>

### 内容概要

艾灸的书很多，哪本更适合您？

本书是万家灯火的金牌主讲嘉宾——王启才教授对艾灸、对穴位保健的通俗解读，书中的三个“三”是您易学易会的保障：每种疾病教您3~5个特效艾灸穴位、每个穴位介绍3~5个特别的艾灸手法、每个穴位艾灸20~30分钟。

呵呵，您是不是想赶快学习操作呢？

还等什么，快买书，回家赶紧学。

## <<灸祛病痛一身轻.图解艾灸保健>>

### 作者简介

王启才，南京中医药大学针灸推拿学院和国际教育学院教授。  
兼任中国针灸学会临床分会秘书长、美国自然医学研究院荣誉院士、美国纽约中医学院客座教授、加拿大中医研究院学术顾问、中国香港大学中医药学院针灸研究生班特邀教授、中国香港中医药研究院学术顾问及客座教授，新世纪全国高等中医药院校规划教材《针灸治疗学》主编，成人高等教育规划教材《针灸学》主审。

从事中医针灸教学、临床工作40多年，参与中医针灸科普工作近30年。  
多次赴中国香港、中国台湾、美国、加拿大、法国、北非阿尔及利亚和西非贝宁共和国讲学、医疗。  
在国内外医学刊物上发表学术论文近200篇，医学科普文章300多篇，主编和参编专业著作40余部，科普著作近20部。

# <<灸祛病痛一身轻.图解艾灸保健>>

## 书籍目录

### 基础篇

- 手到穴来——简便、准确取穴绝招
- 什么是灸疗——久火为“灸”
- 灸疗起源——灸疗与火的发现
- 灸用材料——从“八木之火”到“艾叶”的演变
  - 选艾叶——李时珍夸“蕲艾”
  - 艾叶须用陈久者——七年之病，求三年之艾
- 艾灸的作用和适应证——生温熟热，主灸百病
- 艾灸的分类——各有所用
- 艾条灸常用三法——各取所需
- 特殊人群施灸技巧——儿童和神志不清者
  - “神针”——实为“神灸”
  - “动力灸”——灸疗与按摩的有机结合
- 艾炷——穴位保健的微型“金字塔”
- 艾炷直接灸——又分两步走
- 直接发泡灸、瘢痕灸——灸后瘢痕处理
- 丰富多彩的间接灸法——隔姜灸、隔盐灸、隔药灸等
  - 隔姜灸——散寒解表、调和营卫、温中止呕
  - 隔蒜灸——以热治热、以毒攻毒
  - 隔盐灸——温中散寒、扶阳固脱
  - 隔附子灸——辛温大热助‘肾阳
  - 隔核桃壳灸——突破“眼区忌灸”传统
- 温针灸法——风湿疼痛最适宜
- 温灸器灸——省力、省事、省时，还省钱
- 艾叶熏洗灸——先熏后洗，充分利用
- 多功能艾灸仪——灸疗的现代化
- 就地取材的简易灸法——棉花灸、火柴灸、香烟灸、线香灸等
- 灯火灸——民间沿用已久的简便灸法
- 热熨灸——曾创造过医疗奇迹
- 电吹风灸——并非美发的专用品
- “穴位敷贴”——“穴药结合”的典范
  - 敷贴的治疗特点——操作简便、内病外治、安全无毒
  - 敷贴的神奇疗效——散寒祛湿、宣肺化痰、温胃镇痛、补肾壮阳
  - 敷贴操作方法——选药物、找穴位、贴敷、胶布固定
  - 敷贴药物——多用辛温中草药
  - 敷贴穴位——不同病症选穴不同
  - 厨房里的贴敷材料——就地取材治顽症
  - 敷贴时间——以皮肤潮红、起疱为度
  - 敷贴正常皮肤反应——轻微潮红、灼热刺痛感等
  - 敷贴过敏现象——红色丘疹
  - 处理敷贴后皮肤出现水疱——小水疱可自愈，大水疱酌情处置
  - 敷贴须注意——环境舒适防感染，饮食清淡不过劳
  - 敷贴禁忌——老弱孕婴、严重疾病、皮肤破损
  - 敷贴误区——除病立竿见影，治病无所不能
- 伏灸——从穴位敷贴到冬病夏治

## <<灸祛病痛一身轻.图解艾灸保健>>

冬病夏治——最早的预防医学

冬病夏治疗效好——治一切冬季容易发生、加重或复发的疾病

施灸的体位与程序——先上后下，先胸背后腰腹，先头身后四肢

灸法也有补泻——艾条灸以时间长短论，艾炷灸以火力强弱分

灸疗须注意——取穴要准，灸穴忌多，热力应足，火气宜匀

灸疗有禁忌——不同人、不同病、不同部位皆有禁忌

对“热病可灸”的分析——热证宜清、寒证用灸

### 保健篇

养生——温阳补虚，鼓舞正气

防治“亚健康”——调气血，和脏腑

强身保健第一穴——足三里

益寿延年——话丹田

调养肝脾肾——关元、三阴交

益气何劳“四君子”——穴位补气，艾灸疗效好

补血无须“四物汤”——益气造血，穴位施灸更快更好

提升白细胞——艾灸显奇效

体虚者必灸——膏肓穴

小儿百病之灸点——身柱、肺俞

内脏下垂——多灸百会

中气不足易脱肛——重用灸法可升阳

灸治冻疮——大椎、关元、足三里

艾灸治疗压疮——熏灸疮面防烫伤

胎位不正——艾灸至阴

敷脐疗法无痛感——妇女、儿童尤适宜

脐疗选“神阙”——艾灸、敷脐、拔罐皆有奇效

### 治疗篇

痹证系列病症

(一)痹证

(二)落枕

(三)颈椎病

(四)肩周炎

(五)肱骨外上髁炎(网球肘)

(六)腱鞘炎

(七)腰痛

(八)坐骨神经痛

痿证系列病症

(九)痿证

(十)周围性面神经麻痹

(十一)中风后遗症

内科、儿科其他病症

(十二)头痛

(十三)失眠

(十四)抑郁症

(十五)感冒

(十六)咳嗽

(十七)支气管哮喘

(十八)儿童反复呼吸道感染

<<灸祛病痛一身轻.图解艾灸保健>>

- (十九)慢性阻塞性肺病
- (二十)肺结核
- (二十一)贫血
- (二十二)白细胞减少症
- (二十三)高血压病
- (二十四)低血压症
- (二十五)高脂血症
- (二十六)骨质疏松症
- (二十七)胃痛
- (二十八)泄泻
- (二十九)便秘
- (三十)小儿厌食
- (三十一)胆囊炎
- (三十二)遗尿
- (三十三)尿失禁
- (三十四)前列腺增生
- (三十五)遗精
- (三十六)阳痿
- (三十七)早泄
- (三十八)性功能低下
- (三十九)更年期综合征
- (四十)单纯性肥胖症

妇科病症

- (四十一)经前期紧张综合征
- (四十二)月经不调
- (四十三)痛经
- (四十四)闭经
- (四十五)带下病
- (四十六)妊娠呕吐
- (四十七)胎位不正
- (四十八)产后乳少

外科病症

- (四十九)疔疮
- (五十)乳腺炎
- (五十一)痔
- (五十二)脱肛

皮肤科病症

- (五十三)神经性皮炎
- (五十四)皮肤瘙痒症
- (五十五)荨麻疹
- (五十六)湿疹
- (五十七)带状疱疹

五官科病症

- (五十八)多泪症
- (五十九)近视
- (六十)耳鸣、耳聋
- (六十一)鼻炎

<<灸祛病痛一身轻.图解艾灸保健>>

(六十二)鼻窦炎

其他

(六十三)慢性疲劳综合征

(六十四)抗衰老

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>