

<<图说刮痧保健大全>>

图书基本信息

书名：<<图说刮痧保健大全>>

13位ISBN编号：9787534140112

10位ISBN编号：7534140110

出版时间：2011-1

出版时间：浙江科学技术出版社

作者：樊蔚虹

页数：248

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>

## <<图说刮痧保健大全>>

### 内容概要

《图说刮痧保健大全》以简洁的文字，清晰的插图，介绍刮痧操作的具体步骤、人体各部位的刮痧方法、经络穴位的分布与应用，并重点介绍常见疾病的刮痧治疗，值得广大刮痧爱好者阅读。

## &lt;&lt;图说刮痧保健大全&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 走进神秘的刮痧世界一、刮痧疗法的发展二、刮痧疗法的作用三、刮痧的手法四、巧选刮痧工具五、认识痧痕与痧象六、刮痧的适应证、慎用证与禁忌证七、刮痧的注意事项八、刮痧反应及不良情况的处理九、刮痧的常用体位十、掌握刮痧的要领第二章 了解人体各部位的刮痧方法一、头部的刮法二、面部的刮法三、颈部的刮法四、背部的刮法五、胸部的刮法六、腹部的刮法七、膝关节的刮法八、四肢的刮法第三章 解开你对十二经脉的疑惑一、了解人体经脉系统二、手太阴肺经三、手厥阴心包经四、手少阴心经五、手阳明大肠经六、手少阳三焦经七、手太阳小肠经八、足阳明胃经九、足少阳胆经十、足太阳膀胱经十一、足太阴脾经十二、足厥阴肝经十三、足少阴肾经第四章 坚持刮痧，轻松变美一、润肤养颜，刮痧圆你健美梦二、美白保湿，刮痧圆你嫩肤梦三、防皱增弹，刮痧圆你青春梦四、丰胸健肌，刮痧圆你盈乳梦五、乌发润发，刮痧圆你靓发梦六、俊目美眼，刮痧圆你明眸梦七、抗衰驱沉，刮痧圆你玉颈梦八、塑身美体，刮痧圆你纤腰梦九、瘦腿美身，刮痧圆你性感梦第五章 适度刮痧，消除疾病一、感冒二、百日咳三、胃痛四、便秘五、胆石症六、泌尿系感染七、前列腺炎八、遗精九、阳痿十、早泄十一、甲状腺功能亢进十二、血栓闭塞性脉管炎十三、头痛十四、高血压十五、低血压十六、冠心病十七、三叉神经痛十八、周围性面神经麻痹十九、面肌痉挛二十、肋间神经痛二十一、多发性神经炎二十二、神经衰弱二十三、失眠二十四、健忘二十五、胆道蛔虫病二十六、痔疮二十七、脱肛二十八、落枕二十九、颈椎病三十、肩周炎三十一、腰痛三十二、腰椎间盘突出症三十三、坐骨神经痛三十四、类风湿性关节炎三十五、腓肠肌痉挛三十六、足跟痛三十七、月经不调三十八、痛经三十九、闭经四十、带下病四十一、功能性子宫出血四十二、慢性盆腔炎四十三、急性乳腺炎四十四、子宫脱垂四十五、产后腹痛四十六、小儿惊厥四十七、小儿疳积四十八、小儿夜啼四十九、小儿遗尿五十、小儿流涎五十一、小儿腹泻五十二、近视五十三、远视五十四、弱视五十五、老年性白内障五十六、青光眼五十七、耳鸣五十八、鼻炎五十九、扁桃体炎六十、牙痛六十一、湿疹六十二、药疹六十三、带状疱疹六十四、荨麻疹六十五、神经性皮炎六十六、皮肤瘙痒症六十七、斑秃

## 章节摘录

(1) 痧痕经刮痧治疗后，皮肤会对这种刺激产生各种反应，主要是皮肤颜色和形态变化，这种现象称为痧痕。

常见的痧痕包括体表局部潮红、紫红或紫黑色瘀斑，小点状紫红色疹子，并常伴有不同程度的热、痛。

皮肤的这种变化可持续1天至数天，凡有病原之处，只要刮治数分钟，便可见微红，红花杂点，重则成斑，甚至青黑斑块，触之略有阻碍或隆凸感。

较严重之黑斑块，刮拭时会有痛感。

如无病痛，则无反应，亦不觉疼痛。

痧痕出现的部位和痧痕本身的形态不同，对疾病的诊断、治疗、病程及预后判断有一定的临床指导意义。

痧痕鲜红色，呈点状，多为表征，病程短，病情轻，预后多良好；痧痕暗红色，呈片状或瘀块，多为里证，病程长，病情重，预后差。

随着刮痧的治疗，痧痕颜色由暗变红，由斑块变成散点，说明病情正在好转，治疗有效。

(2) 痧象痧象是一切疾病在体表的病理性反应，而刮痧疗法就是利用边缘润滑物体（刮具），或手指，或针具，在人体体表特定的刺激部位或穴位上，施以反复的刮拭、捏提、揪挤、挑刺等手法，使皮肤出现斑片状或点片状瘀血（痧痕），以达到疏通经络、调节脏腑、恢复生理状态、扶正祛邪、排泄毒素、退热解惊、开窍醒神、祛除疾病的目的。

<<图说刮痧保健大全>>

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>