

<<图解穴位按摩除百病>>

图书基本信息

书名：<<图解穴位按摩除百病>>

13位ISBN编号：9787534546129

10位ISBN编号：7534546125

出版时间：2006-1

出版时间：江苏科学技术出版社

作者：查炜

页数：270

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>

<<图解穴位按摩除百病>>

内容概要

穴位按摩操作简单易学，读者只要大致了解按摩的基础知识，掌握按摩常用的手法、穴位和常见病症的按摩方法，就可以用自我按摩来保养身体或治疗疾病。家庭成员之间也可相互按摩，对被按摩者来说，可防病治病；对操作者来说，可起到锻炼身体的作用可谓一举两得。

《图解穴位按摩除百病》第1版面世以来，多次重印，深得广大读者的厚爱。为了满足广大读者的需求，笔者对全书的内容进行了适当的高整；全书分穴位按摩基础、穴位按穴位按摩除病和穴位按摩养生三篇。

第一篇简要介绍了十四经脉、按摩常用穴位、常用手法等按摩的基础知识；第二篇在全书的分量最大，以简炼的文字详细介绍了73种常见病症的按摩选穴和按摩方法；第三篇介绍人体各部常用的自我保健按摩方法。

《图解穴位按摩除百病（2版）》通俗易懂，图文并茂，实用性强，读者可根据各自的情况有针对性地使用。

<<图解穴位按摩除百病>>

书籍目录

第一篇 穴位按摩基础篇概述 \ 1取穴法 \ 3十四经及常用穴位 \ 7基本选穴法 \ 66常用配穴法 \ 68常用按摩手法、70十字要领 \ 85十大治法 \ 86按摩介质 \ 94按摩须知 \ 95辅助方法 \ 96第二篇 穴位按摩除病篇感冒 \ 108头痛 \ 110发热 \ 113咳嗽 \ 115哮喘 \ 117慢性支气管炎 \ 120中暑 \ 122昏厥 \ 123高血压病 \ 125短暂性脑缺血发作 \ 128眩晕 \ 131失眠 \ 133神经衰弱 \ 135癫痫 \ 137冠心病 \ 139盗汗 \ 142老年性痴呆 \ 143体位性低血压 \ 146贫血 \ 148动脉硬化 \ 150中风后遗症 \ 153神经性呕吐 \ 155呃逆 \ 157胃脘痛 \ 159胃下垂 \ 161腹泻 \ 163便秘 \ 165肠易激综合征 \ 167第三篇 穴位按摩养生篇

<<图解穴位按摩除百病>>

章节摘录

至唐宋年间，膏摩疗法为当时广大医家所重视，《圣济总录》载膏摩方达40余种。清·吴尚先著外治法专著《理瀹骈文》，将膏摩与药物作为中药外治的主要方法，并突破了前人药摩患处的“膏摩”框框。

无论在用药方面，还是在用手法方面，均更加灵活多变，适应证范围也更为广泛，如喉痹、头痛、感冒、颈椎病、腰腿痛、腹泻、便秘、痛经、失眠等均可使用。

较之内服药物而言，膏摩的禁忌要少得多。

膏摩方除单味药物外，还可以用散剂、丸剂、酒剂、锭剂、膏剂、汤剂等不同剂型。

无论何种剂型，操作要求是：一要方便手法施行，二要不损伤皮肤，三要确有疗效。

其临床操作要求如下：（1）患者选取适宜体位，施术部位要充分暴露。

皮肤破损处，或有严重皮肤病处勿用。

（2）蘸取或挑取适量膏摩用药涂抹施术部位，不宜过多或过少。

过多则太湿使手法浮而无力，过少则太燥使手法滞而不畅且容易损伤皮肤。

故《秘传推拿秘诀》说：“凡推俱用指蘸汤水，推之太湿恐推不着实，太干恐推伤皮肤，要干湿得宜。

”《小儿推拿广意》也说：“水多须以手拭之，过干则有伤皮肤，过湿则难以着实，以干湿得宜为妙。

（3）临床膏摩常用手法为摩法、擦法、推法、揉法、抹法。

无论何种手法，均须轻快柔和，平稳着实，勿用蛮力。

有时也可借助于器具，如《圣济总录》载：“以铁熨斗，摩顶一二千下”，“以铁匙挑一钱许，涂顶上，细细用铁匙摩之。

”今人用牛角制成器具刮痧也是其中一种。

借助器具者，以刮为主，用力须适中，到皮下微有出血点止，有出血倾向者忌用。

隔日1次。

手法者，可日1次，每次20~30分钟。

（4）运用膏摩后，嘱患者保留药物于患部不少于8小时，以便皮肤缓慢吸收以加强治疗效果。

切勿术后立即清洗患部。

同时，术后局部保暖。

附：常用膏摩方 按摩临床常用膏摩方有单复方之分。

单方参见本书“按摩介质”，以下仅介绍几个常用复方：（1）陈元膏：选自《外台秘要》。

药物组成为：当归3两，生地黄2斤（捣取汁），附子3两，细辛2两，桂心1两，天雄2两（去皮），干姜2两，丹砂1两，川芎2两，雄黄2两半，乌头2两，苦酒3升，白芷1两，松脂半斤，猪脂10斤（去滓）。

主治湿痹、纳呆、外伤腰痛、心腹积聚、头眩、胸肋背痛、腹痛、闭经痛经、脚膝冷痛等。

（2）大补益摩膏：选自《圣济总录》。

药物组成为：木香、丁香、零陵香、附子（炮裂）、沉香、吴茱萸、干姜（炮）、硫黄（研）、桂枝（去粗皮）、白矾（烧研）各1两，麝香、轻粉（研）各1分。

主治五劳七伤、腰膝疼痛、肾脏久冷、疝气下坠、耳聋目暗、痔漏肠气、女子子宫久冷、产后诸疾、赤白带下等。

（3）摩腰膏：选自《普济方》。

药物组成为：陈皮1两（去白），阳起石5钱，干姜、沉香、肉桂（去粗皮）、石硫黄、吴茱萸、雄黄、蛇床子各5钱，白矾1两，杏仁1两（去皮尖），轻粉1钱，麝香1钱半，附子一个（须1两者，炮，去皮、脐），公丁香1两，朱砂1钱2分。

主治腰痛痼冷，腿膝痛冷诸症。

使用时炙手摩于腰部。

.....

<<图解穴位按摩除百病>>

编辑推荐

《图解穴位按摩除百病（2版）》是图解按摩除百病丛书第二版中的一本。全书内容对第一版进行了适当的调整，分为穴位按摩基础篇、穴位按摩除病篇、穴位按摩养生篇。穴位按摩操作简单易学，读者只要大致了解按摩的基础知识，掌握按摩常用的手法、穴位和常见病症的按摩方法，就可以用自我按摩来保养身体或治疗疾病。本书通俗易懂，图文并茂，实用性强，读者可根据各自的情况有针对性地使用。

<<图解穴位按摩除百病>>

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>