

<<张秀勤刮痧全书>>

图书基本信息

书名：<<张秀勤刮痧全书>>

13位ISBN编号：9787538451078

10位ISBN编号：7538451072

出版时间：2011-4

出版时间：吉林科技

作者：张秀勤

页数：239

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>

<<张秀勤刮痧全书>>

内容概要

今天的刮痧疗法仍保持操作简便，不需医学基础，易学易懂，效果显著而无不良反应的特点。人们在享受刮痧带来美丽和健康的同时，纷纷惊叹刮痧的潜力和神奇的效果，并通过刮痧领略到了传统医学的魅力。

今天，刮痧不仅被国人青睐，而且跨越了国界，深深吸引着一些寻求健康的人们。

张秀勤教授经过多年的临床实践和潜心研究，将“痧”之谜破解，汲取民间刮痧法精髓，融入新的医学理论，用经络学说和生物全息理论探讨体表皮肤和内脏器官的联系，总结皮肤与脏腑器官的对应定位规律，创新出“全息刮痧法”。

她根据现代人的体质特点和保健需求，将刮痧细化为诊断、保健、治疗、美容四个体系，总结出各自的理、法、方，使刮痧疗法旧貌换新颜。

《张秀勤刮痧全书》系统介绍张秀勤教授将刮痧疗法分别应用于“诊断健康”“预防保健”“治疗常见病”“养颜美容”四个领域的成功经验，为读者保持健康提供了绿色疗法。

<<张秀勤刮痧全书>>

作者简介

张秀勤，著名中医刮痧专家，全息刮痧法和全息经络刮痧美容健康法创立者，中国医疗保健国际交流促进会亚健康专业委员会首席专家，中国国际健康美容行业发展联合会专家委员会主任委员，国家劳动部保健刮痧师职业技能定标专家、教材编委，北京市东城区华佗职业技能培训学校教授、副校长。她，多年潜心研究刮痧疗法，创立了“全息刮痧法”和“全息经络刮痧美容健康法”，多次参加国际医学大会，将刮痧疗法推向世界。

她，多次在中央电视台《健康之路》《夕阳红》，北京电视台《祝你健康》《专家门诊》《快乐健身一箩筐》，山东卫视《养生》栏目以及中央人民广播电台连续讲授全息经络刮痧法，深受欢迎。

她，孜孜不倦，不断创新，著书立说，多本刮痧著作持续畅销，并应邀走遍祖国大江南北，传播健康、美容新理念，传授全息经络刮痧美容健康法，使刮痧疗法以全新的面目走进千家万户，也推动了中医美容技术的发展，产生了巨大的社会效益。

<<张秀勤刮痧全书>>

书籍目录

壹 刮痧常识全掌握刮痧中医理论，一看就懂了解人体十四经脉及穴位掌握生物全息理论刮痧必备技巧，一学就会刮痧器具和用品刮痧操作步骤两种刮痧方式刮拭后的反应刮痧要领刮痧注意事项十二种基本刮痧方法贰 快速刮痧健康状况全知道10分钟刮痧全身健康速自查刮拭头部测健康 刮拭头部测健康 刮拭面部测健康刮拭耳部测健康刮拭手掌部测健康刮拭手背部测健康刮拭第二掌骨桡侧测健康刮拭足部测健康刮拭脊椎对应区测健康刮拭脏器体表投影区测健康刮拭背俞穴测健康刮拭四肢测健康刮拭单穴测健康5分钟痧诊健康趋向早知道判断健康趋向的总原则判断大脑健康趋向的部位判断脊椎健康趋向的部位判断心脏健康趋向的部位判断血压健康趋向的部位判断血脂健康趋向的部位判断胰腺健康趋向的部位判断肺脏健康趋向的部位判断脾胃健康趋向的部位判断肝胆健康趋向的部位判断肾脏健康趋向的部位判断乳腺健康趋向的部位3分钟照镜子身体状况自己看异常肤色“预示”偏颇体质皮肤问题“暗藏”健康隐患叁 从头到脚 刮痧保健康身体各部位保健刮痧头部保健刮痧：健脑益智，有益全身面部保健刮痧：养颜美容，保健全身颈部保健刮痧：颈肩健康，有益大脑腰部保健刮痧：预防腰背疼痛，调节脏腑脊柱刮痧保健：脊柱健康，有利脏腑胸部保健刮痧：补益心肺，疏肝健脾腹部保健刮痧：养胃通肠，利尿调经四肢保健刮痧：通经络、利关节，调节脏腑手足保健刮痧：畅达气血，间接保健全身性保健刮痧：维护生殖健康，增强生功能乳房保健刮痧：美乳防病五脏六腑保健刮痧心和小肠保健刮痧：养心安神，预防心脑血管疾病肺和大肠保健刮痧：益气通便，预防呼吸系统疾病肝和胆保健刮痧：舒肝利胆，预防肝胆系统疾病脾和胃保健刮痧：健脾和胃，预防消化系统疾病肾和膀胱保健刮痧：壮腰健肾，预防泌尿、生殖系统疾病不同体质类型的保健刮痧气虚体质保健刮痧：益气补脾，增强抵抗力阳虚体质保健刮痧：益气健脾，增强抵抗力阴虚体质保健刮痧：清泻虚热，益气养阴温热体质保健刮痧：疏肝健脾，清热利湿气郁体质保健刮痧：疏肝利胆，解郁除烦血淤体质保健刮痧：疏通经络，活血化淤痰湿体质保健刮痧：益气健脾，利湿化痰五官保健刮痧眼保健刮痧：明眸美目，预防眼疾耳保健刮痧：听觉灵敏，间接保健全身鼻保健刮痧：呼吸畅通，预防感冒口保健刮痧：口唇润泽，舌体灵活咽喉保健刮痧：清咽利喉，养肺化痰五体保健刮痧皮肤和毛发保健刮痧：以内养外，皮毛润泽肌肉保健刮痧：肌肉健美，养胃健脾血脉保健刮痧：净血化淤，畅通血脉筋保健刮痧：养肝柔筋，延缓关节衰老骨骼保健刮痧：强壮骨骼，预防骨关节疾病四季保健刮痧春季保健刮痧：畅达气血，缓解春困夏季保健刮痧：养心健脾，安然度夏秋季保健刮痧：养肺润燥，平安度秋冬季保健刮痧：护卫肾阳，抵御冬寒单穴保健刮痧百会穴：醒神益气合谷穴：保颜面五官内关穴：养心安神劳宫穴：补心健脑太渊穴：畅达百脉膻中穴：增强免疫力章门穴：调补五脏关元穴：补肾固精足三里穴：延年益寿阳陵泉穴：养筋利胆三阴交穴：补益肝脾肾涌泉穴：益肾健身肆 对症刮痧治疗常见病刮痧治疗内科常见病头痛感冒眩晕咳嗽呃逆哮喘中暑胃炎胃脘痛胆胃炎腹胀腹泻泌尿系感染高血压低血压高血脂血症糖尿病心悸心绞痛面神经麻痹中风后遗症刮痧治疗外科常见病落枕颈椎病肩周炎腰痛膝关节痛腓肠肌痉挛足跟痛痔疮刮痧治疗妇科常见病月经不调痛经闭经盆腔炎乳腺增生更年期综合征刮痧治疗五官科疾病牙痛鼻窦炎咽喉肿痛目赤肿痛刮痧治疗儿科常见病小儿腹泻小儿厌食小儿遗尿症刮痧调理亚健康伍 由内而外刮痧变美丽肌肤问题大扫除皮肤干燥出现皱纹毛孔粗大肌肤松弛雀斑红血丝酒糟鼻黑眼圈眼袋缺乏光泽面色异常黄褐斑痤疮身体局部都健美保养眼睛保养牙齿保养秀发保养双耳保养双手保养双足保养颈部保养胸部保养肩臂保养腹部保养背部保养腰部保养臀部保养腿部附录十二经络及常用穴位任督二脉及常用穴位刮痧常用全息穴区示意图

<<张秀勤刮痧全书>>

章节摘录

壹 刮痧常识全掌握 刮痧中医理论，一看就懂 了解人体十四经脉及穴位 经络是人体最高的综合调控系统，是人体的信息网络，负责沟通机体的内外上下，运行气血、营养、传导、感应各种刺激，它是我们人体的总调度。

这张信息网上的信号结点就是各个穴位，它们是经络之气输注于体表的部位，也是刮痧治疗疾病的主要刮拭部位。

选择最佳的经脉、穴位进行刮痧治疗，可以对相应脏腑器官起到很好的保健和治疗作用。

十四经脉 经络学说的核心是“十四经脉”，包括十二正经（六阳经、六阴经）和任督二脉。

十二经脉与脏腑相互络属，可直接影响脏腑的功能和健康。

任脉主管全身阴经，对女性月经、妊娠等生理过程有调节作用。

督脉主管全身阳经，对大脑、肾和神经系统有调节作用。

十四皮部 十四经脉的皮部就是十四经脉功能活动在体表的反映部位。

某经的皮部，就是该经在体表的作用区域。

刮痧时，直接作用于十四皮部，通过细小的络脉充血或出血，或使皮部的汗孔开张，从而达到排泄邪气的作用。

皮部将刮痧刺激的治疗信息传入经脉，通过经脉而入内脏，从而达到调整经络和脏腑功能的目的，使机体恢复健康。

穴位介绍 穴位的正式名称为“腧穴”，分为：经穴、奇穴、阿是穴三大类。

经穴：指属于十二经脉和任、督二脉的腧穴，它们都分布在十四经循行路线上，和经脉关系密切，可以反映本经及所属脏腑的病症。

奇穴：指没有归属于十四经脉的腧穴，因对某些病症有特殊疗效而得名“奇穴”，也叫“经外奇穴”。

……

<<张秀勤刮痧全书>>

编辑推荐

50分钟视频、600幅真人照片、960张全身取穴详图。

10分钟刮痧测健康，在家就能快速体检；480种对症刮痧，治疗50种常见病；9种体质保健刮痧法，辨证施治个性养生。

从头到脚保健刮痧，呵护身体每个细节，五脏六腑保健刮痧，让身体机能更强健。

<<张秀勤刮痧全书>>

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>