

<<血净百病消>>

图书基本信息

书名：<<血净百病消>>

13位ISBN编号：9787807635116

10位ISBN编号：7807635118

出版时间：2010-7

出版时间：广西科学技术出版社

作者：廉龙河

页数：186

译者：曹岚

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>

<<血净百病消>>

前言

序言健康源自血液的纯净医者仁心，面对心脏病、脑卒中、自身免疫方面疾病的患者越来越多的事实，我感到很难过。

二十多年来，我一直在思索：“现代人究竟哪里出了问题，为什么以前不常见的疾病现在好似家常便饭？”

到底有什么方法能预防并有效地治疗这些疾病呢？

”如果能够让人们少受一些痛苦，让每个家庭都圆满幸福，那将是一件多么有意义的事啊。

从想写这本书到真正动笔，经历了近五年的时间。

因为写一本既科学好用，又好读易懂的书并不是件容易的事。

而在犹豫的过程中，我见到了更多被疾病折磨的患者。

是他们促使我写下了这本书，促使我把增强免疫力，净化血液的方法告诉大家，以期能让更多徘徊在健康边缘的人早加防范，让已经染病的人从病痛的折磨中解脱出来。

血液是生命之本。

血不干净了，甚至瘀结了就会得心脏病、脑梗死、妇科病、男科病，和各种各样的过敏类疾病。

这些病并不是与生俱来的，更不是从天而降的，而是我们后天的生活习惯和多变的情绪造成的，即自己的生活才是疾病之源。

所以是时候反思一下我们的生活了，更是时候关注我们血液健康了。

血液污染是所有疾病的根源。

血液被污染会出现脂溢性皮炎、面疮、手脚发麻、月经不调，末梢循环障碍、囊肿、痣疣、疲劳的现象，严重时可能会患上癌症、心绞痛、心肌梗死、脑梗死、肾炎、肾功能不全、肝炎、肝硬化、类风湿等疾病。

制造疾病和战胜疾病的都是我们自己。

在我们吃、喝、运动、睡眠等习惯中可能会污染血液，生成疾病，但同时也可能萌生治愈疾病的因子。

有因必有果，我们所做的一切都将原封不动地回到我们的身上。

疾病不会在一夜之间形成。

就在我们不经意时，肮脏瘀浊的血液已经悄悄引起了疾病。

要想预防和治疗疾病就要先回顾自己的生活过程。

例如，我现在得的病跟我什么样的生活习惯有关系？

在知道得病前身体是不是已经开始不舒服了，但我却没放在心上？

中医可以通过观察脸色和身体预测疾病，通过诊脉了解过去的生活与心理状态，并预知未来。

抚摸患者的腹部便可知过去的生活方式如何。

因为所有的疾病都反映了你的生活与心理状态。

而且，生病是反思和改善自身生活的绝好的机会。

身体发出异常信号时我们首先要做的是找到病因并有效控制病情。

我们体内有一股可以战胜疾病的力量，这就是免疫力，也有人叫自愈力。

只有免疫力才能真正帮助我们战胜疾病，为此需要净化血液。

无论是身体还是心情，哪方面出了问题都会污染血液。

借医术之力是可以让某些病痊愈，但隐患随时可能引起更严重的问题。

希望通过本书促使更多读者回顾自己的生活，只有慷慨地关爱自己才能享受健康幸福地生活。

廉龙河

<<血净百病消>>

内容概要

血液是百病之源，《血净百病消》告诉我们怎样通过对日常症状的观察来界定自己血液的污染程度。

针对瘀血最易引起的疾病进行详细说明，并且告诉我们各种情况下的治疗方法。

其中药茶和按摩、拔罐等都是对付瘀血最有效的方法。

<<血净百病消>>

作者简介

作者：(韩国)廉龙河 译者：曹岚廉龙河，从医二十四年，现任龙河中医院院长，东国大学附属中医药大学教授，开元中医师协会内科协会学术委员长。

廉教授擅长治疗慢性病和疑难杂症，他最注重的是能否有效和从根本上治疗疾病。

对中西医的融会贯通使他的治疗每每取得惊人的效果。

廉教授在行医过程中逐渐发现淤血对人体的致命影响。

血液的清澈澄净就是身体健康的根本。

凭借几十年对血液的研究，他向我们开启了一扇最贴近健康的大门。

主要著作：《金匱要略讲义》《中医临床腹诊学》《腹诊与处方》等。

<<血净百病消>>

书籍目录

序言 健康源自血液的纯净第一章 血液不净百病自生血液淤浊的六大症状身上碰一下就青痛经准是血液出了问题有个固定地方总是动不动就疼血管末梢淤血手脚就发麻小肚子又凉又疼，淤血在腹部淤血会让头部血管痉挛，引起头痛血液干不干净自己就能看出来舌头是血液的窗户五种舌苔颜色代表五种问题告诉大家一个能看出血液污染度的方法什么样的人血液容易出问题得这4种常见病肯定是血出了问题第二章 治病就要先治血血里的物质过多过少都是不健康的淤血是一种病血西医怎么看待淤血在中医看来有6种原因会形成淤血淤血不只是结块的血了解五脏才能有效地清除淤血找出威胁血液健康的主犯淤血喜欢脾气暴、忧郁、爱紧张的人和完美主义者压力是自己放在自己心上的一把砍刀生活习惯好，疾病就比别人少一半吃得好是对自己负责的第一表现谨慎型和偏激型的人都不大擅长对付淤血冬季和夏季是淤血形成的最佳时机第三章 活血化淤是治疗常见病的捷径没有淤血，女人就健康痛经是女性一半痛苦的源头产后调理不好会息上产后风年龄大和做人流都容易造成习惯性流产淤血越严重妊娠反应也就越严重很多中药就是食物，孕妇可以放心吃淤血换来的不速之客——中风头部血管细又小，堵住一点不得了中风不分男女老少中风专挑心态不好的人16个小细节发现早期中风这些人容易中风改掉一两个小习惯，100%预防中风中风后先调理胃肠再进补中风时的3招救命法血净是治好所有心脏病的大前提了解20个心脏发出的警报最容易让心脏得病的危险因素心脏病又叫关系病16招预防心脏病有些病是身体自己在伤害自己白塞氏综合征干燥综合征免疫性疾病过敏性疾病免疫力，好身体靠活血化淤就能快速治愈的疾病眼睛疼有血丝是血出了问题头疼、脱发是脑部的淤血问题耳鸣、眩晕要在血上找病根提高性功能的淤血治疗从皮到骨都是肾血说了算第四章 每天十分钟，让血变干净的心境疗法要让血纯净，先要让心纯净先准备好净心的材料思想动起来，血液活起来每天“十”疗法，让血液生活在幸福里雷打不动每天笑十次每天冥想十分钟排除杂念告诉自己，你是个幸福的人事情会向你发展的方向发展如果不介意，就没有什么能够打倒你让心情舒畅的呼吸和小动作让心情平静的三步呼吸咽津叩齿法每天十分钟就能活动全身的伸展法瑜伽里对血液最好的动作……第五章 让你年轻十岁的血液净化法

<<血净百病消>>

章节摘录

插图：因为天很热，蒸米都馊了，发出一阵阵异味。

尽管如此，她也没别的选择，只能把它吃了下去。

但到傍晚的时候，全身开始出现红色的斑点，痒得很。

本来身体就很累，又吃了坏东西，这点蒸米瞬间就污染了全身。

如果身体处于正常状态，免疫功能会发挥作用，但是身体状态不好的时候，比如累了，承受很大压力或心情不好的时候，一般免疫力比较低，这时平时看似无所谓的小事都会污染血液。

回国后这位女患者的症状也没改善，全身痒得不行。

我还是从治淤血出发，她一边喝我给她配的药茶，一边在我这里拔罐，一个星期症状基本就消失了。

她的问题是突发的，来得快，去得也快。

我告诉她以后再出去可别把自己弄得那么累了。

就算再喜欢这种活动，也不能吃不好睡不好的，有健健康康的身体，才能享受娱乐的乐趣。

免疫力，好身体西医研究免疫医学的时间并不长。

但是，中医学早在数千年前就开始关注这个问题了。

比如中医讲劳累体虚的时候不能行房，就是因为这时免疫力差，再耗力耗气会危害健康。

免疫力是与生俱来的，但也不是雷打不动的，需要营养和好的习惯来维持。

要有好的免疫力很简单，只要能做到我下面说的想不好都难。

按时吃饭，不暴饮暴食，适当地锻炼身体，保持愉快的工作心态，累了就休息，困了就睡。

免疫力是什么？

<<血净百病消>>

媒体关注与评论

现在疾病为何如此猖獗？

廉院长揭开了谜底。

廉院长二十多年来在治疗各种患者的过程中，努力揭示了威胁健康的根本原因——血液污染。

明确病因并进行正确的治疗才能痊愈。

廉院长出色地治愈了西医学认为难以治疗的疑难杂症，论证了血液的重要性。

只有血液纯净，人才能有健康的生活。

——常青会前任会长 黄英宰龙河院长是从不懈怠的真正的白衣战士。

为了更好地进行诊疗，他设立了体质研究所、轻重伤研究所、血液循环研究所，专心从事临床与研究
工作。

并于最近毅然决定将积累的成果与知识毫无保留地公布于众，也就是本书所呈现的内容。

希望大家不仅通过本书只学到健康的方法，还希望大家学到他面向人类的关爱与仁术。

——蔚山社会文化院院长 李英泰非常高兴廉院长出版此书。

书中用淤血观点解析现代社会最常见的心脏病、中风、自我免疫疾病等问题。

本书毫无保留地告诉大家化淤的各种方法。

因此，期待受病痛折磨的人乃至医疗界人士能够从中得到帮助。

——中医学博士 郭昌根

<<血净百病消>>

编辑推荐

《血净百病消》：血是生命的根基，干净的血是健康的保障，学会净化血液的方法，可以让身体年轻十岁，让各种疾病在血液归于纯净后彻底消失。

<<血净百病消>>

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>