

<<灸灸大于八十一>>

图书基本信息

书名：<<灸灸大于八十一>>

13位ISBN编号：9787122083500

10位ISBN编号：7122083500

出版时间：2011-8

出版时间：化学工业出版社

作者：王嘉宁

页数：188

字数：130000

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>

## <<灸灸大于八十一>>

### 内容概要

这本由王嘉宁编著的《灸灸大于八十一(一学就会的艾灸保健疗法图解版)》详细讲述了艾灸祛病具体穴位的选择、施灸技巧、艾灸操作及日常保健处方。

《灸灸大于八十一(一学就会的艾灸保健疗法图解版)》大量运用图片，以助非医学专业读者理解和掌握。

## <<灸灸大于八十一>>

### 书籍目录

#### 第一篇 让长寿从艾灸开始

1. 针灸有“针”和“灸”之分，您了解吗？
2. 艾灸的由来
3. 老年腰腿痛——熏熏就管用
4. 神奇的《黄帝内经》与艾灸
5. 为什么熏熏就能治病？

#### 6. 简单实用的操作方法人人都会用

#### 第二篇 常灸穴位养生又保健

1. 人体健康之根本——任督二脉
2. 呼吸顺畅的保护神——手太阴肺经
3. 肩臂疼痛要寻根——手阳明大肠经
4. 胃痛治疗效果真——足阳明胃经
5. 轻松健脾不吃药——足太阴脾经
6. 养心安神心不慌——手少阴心经
7. 清热明目它在行——手太阳小肠经
8. 腰酸背痛不求人——足太阳膀胱经
9. 补肾夜尿不再频——足少阴肾经
10. 缓解心痛想想我——手厥阴心包经
11. 通利三焦一身轻——手少阳三焦经
12. 勤用胆经身体健——足少阳胆经
13. 疏肝解郁心情好——足厥阴肝经

#### 第三篇 艾灸保健养生八大招

1. 第一招常灸足三里，脾胃好调理
2. 第二招常灸气海穴，丹田气不缺
3. 第三招温灸用美元，小腹不再寒
4. 第四招若要生病，膏肓穴最行
5. 第五招着凉脾胃暖，艾灸用中脘
6. 第六招颈部保护神，艾灸用风门
7. 第七招身柱力最专，常灸小儿安
8. 第八招防腰痛要早，肾俞艾灸好

#### 第四篇 艾灸善治内科病

1. 感冒
2. 咳嗽
3. 哮喘
4. 头晕
5. 头痛
6. 心口痛
7. 失眠
8. 心慌
9. 中风后遗症
10. 腰腿痛
11. 癫痫
12. 胃下垂

## <<灸灸大于八十一>>

13. 腹痛
14. 肋胁痛
15. 腹泻
16. 便秘
17. 脱肛
18. 小便不畅
19. 小便痛
20. 阳痿
21. 遗精

### 第五篇 妇科病症艾灸好

1. 月经不调
2. 痛经
3. 闭经
4. 崩漏
5. 白带病
6. 胎位不正
7. 不孕症
8. 产后缺乳
9. 子宫脱垂

### 第六篇 小儿疾病不用慌

1. 小儿咳嗽
2. 小儿消化不良
3. 小儿腹泻
4. 小儿尿床

### 第七篇 辅助恢复有特长

1. 腱鞘囊肿
2. 扭伤
3. 落枕
4. 颈椎病
5. 过敏性鼻炎

### 第八篇 艾灸操作知全详

1. 艾灸都有哪些特点？
2. 是不是身体上所有的地方都能灸？
3. 什么人不适合艾灸？
4. 艾灸时都有哪些地方需要注意？
5. 不小心烫出水疱了怎么办？
6. 怎么用艾灸不容易烫伤？
7. 艾灸用具哪里买？  
贵不贵？
8. 书上说的穴位可以选穴灸吗？

## <<灸灸大于八十一>>

9. 艾灸后不舒服怎么办？
10. 艾灸后没有效果怎么办？
11. 得病后是艾灸还是上医院？
12. 艾灸可以替代口服药吗？
13. 扎完针后能灸吗？

### 第九篇 常用穴位的简单取穴方法

1. 任脉穴位
2. 督脉穴位
3. 手太阴肺经穴位
4. 手阳明大肠经穴位
5. 足阳明胃经
6. 足太阴脾经
7. 手少阴心经
8. 手太阳小肠经
9. 足太阳膀胱经
10. 足少阴肾经
11. 手厥阴心包经
12. 手少阳三焦经
13. 足少阳胆经
14. 足厥阴肝经

<<灸灸大于八十一>>

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>