

# 《拔罐保健全书》

## 图书基本信息

书名：《拔罐保健全书》

13位ISBN编号：9787509119167

10位ISBN编号：7509119162

出版时间：2008-7

出版社：人民军医出版社

页数：296

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《拔罐保健全书》

## 前言

健康是家庭幸福的核心、事业成功的基础。每个人都想健康长寿，享受天伦之乐，但长期受传统观念的影响，不少人把健康寄托在药物上，却不知是药三分毒，药物在治病的同时也在损害着人们的身体健康，特别是西药，难以避免的毒副作用往往让人们心有余悸。于是，人们在不断寻求安全有效的祛病健体、保健强身的方法。近年来，国际上回归自然的热潮越来越高，中医疗法也越来越受到人们的推崇，拔罐疗法就是其中的一种。俗话说“针灸拔罐，病去一半”，可见其在老百姓心目中的地位和确切的疗效。拔罐是以各种罐为工具，利用燃烧、抽气等方法，排除罐内空气，造成罐内负压，使其吸附于人体一定部位，达到扶正祛邪、调整阴阳、疏通经络、调节脏腑、散寒除湿、行气活血等作用，是治疗疾病的一种物理性的外治疗法。它治疗的是点，治疗的部位要比刮痧来得深。拔罐治疗虚病效果最好，尤其治疗肾虚引起的腰酸痛最快，通常可在患部直接拔罐，即时见效。还有就是针对刮痧刮不到，疼痛位置较深的患部，如慢性肩周炎、痛经、肝胆疾患等。由于拔罐的操作简单方便、疗效显著神奇、经济适用面广等特点，一直深受广大群众和医务工作者的喜爱，更适合家庭保健治疗使用，值得推广。为此，我们组织人员编著了这本《拔罐保健全书》。本书主要讲解了拔罐的基本常识、常用腧穴等，并列举了百余种疾病的拔罐疗法。内容通俗易懂，上手快，是一本倾注作者心血的医学保健书籍。本书不仅适合于广大读者阅读，还适合于从事医学工作的人员作为工作参考书用。由于作者水平所限，在编写过程中难免会出现一些纰漏和不足，望广大读者朋友不吝赐教，提出宝贵意见，以便再版时修正。

# 《拔罐保健全书》

## 内容概要

《拔罐保健全书》主要内容：俗话说“针灸拔罐，病去一半”，可见拔罐的作用非同小可。拔罐可以疏通经络、行气活血，也可以调节脏腑、散寒除湿，是一种效果很好的物理性外治疗法。《拔罐保健全书》共分为四章，包括拔罐基本常识、拔罐的常用腧穴、日常保健拔罐疗法、常见病症拔罐疗法，详细介绍了内科、外科、妇科、男科、儿科、五官科、皮肤科等百余种疾病的拔罐治疗方法。

# 《拔罐保健全书》

## 书籍目录

第一章 拔罐基本常识拔罐疗法的发展简史拔罐疗法的作用机制拔罐疗法的适应人群拔罐疗法的禁忌人群常用的拔罐工具及其辅助材料拔罐的常用体位拔罐的取穴原则常用取穴方法人体的瘀血点拨罐术前的准备拔罐的操作程序拔罐的注意事项拔罐吸拔的方法分类常用的拔罐方法第二章 拔罐的常用腧穴常用穴位图表常见病的走罐线路第三章 日常保健拔罐疗法拔罐疗法的保健作用中医拔罐保健的八大要穴拔罐预防晕车晕船拔罐戒烟拔罐补肾壮阳拔罐健脾和胃拔罐益智健脑拔罐强身健体第四章 常见病症拔罐疗法感冒发热偏头痛失眠慢性疲劳综合征空调综合征慢性支气管炎支气管哮喘糖尿病肥胖症高血压高脂血症低血压冠心病阵发性心动过速心绞痛慢性风湿性心脏病心脏神经官能症胃炎胃下垂消化性溃疡溃疡性结肠炎胃肠神经官能症细菌性痢疾慢性胰腺炎慢性胆囊炎腹泻便秘慢性肾炎落枕颈椎病肩周炎风湿性关节炎类风湿关节炎慢性腰肌劳损腰椎间盘突出症足跟痛症痔疮脱肛尿石症月经不调痛经功能性子宫出血闭经带下病外阴瘙痒盆腔炎子宫脱垂妊娠呕吐产后缺乳产后宫缩痛乳腺增生更年期综合征遗精早泄阳痿前列腺炎前列腺增生百日咳小儿高热小儿惊风婴幼儿腹泻流行性腮腺炎缺铁性贫血小儿厌食症小儿疳积小儿遗尿症儿童多动症小儿生长痛痤疮酒渣鼻雀斑黄褐斑疥癣荨麻疹湿疹带状疱疹皮肤瘙痒症神经性皮炎接触性皮炎药物性皮炎白癜风银屑病红眼病睑腺炎青光眼近视眼远视眼过敏性鼻炎鼻窦炎慢性咽炎扁桃体炎复发性口腔溃疡耳鸣耳聋牙痛

## 章节摘录

**第一章 拔罐基本常识 拔罐疗法的发展简史** 拔罐疗法是中医学的一个重要组成部分，是我国最古老的一种治病方法。它是以各种罐为工具，利用燃烧、抽气等方法，排除罐内空气，造成罐内负压，使其吸附于人体一定部位以调节经络功能、治疗疾病的一种外治方法。拔罐疗法是我国古代劳动人民在同疾病长期斗争的过程中积累起来的宝贵经验，有着悠久的历史。拔罐疗法早期被称为“角法”或“角吸法”，最早记载于我国现存的医学文献《五十二病方》。公元281—361年，晋代葛洪著的《肘后方》中也有角法治疗的论述。角法是用兽角为工具（如牛角、羊角等），因将兽角磨成有孔的筒状而得名。书中有用制成罐状的兽角拔脓血以治疗疮脓肿的记载。公元755年，唐代王焘著的《外台秘要》中，记载了用竹筒煮罐治病和刺血拔罐等疗法治疗痈疮。其后，宋代的苏轼和沈括所著《苏沈良方》，描述了火筒法治疗久咳的方法。《太平圣惠方》中明确记载了关于角法治疗痈疽的方法，并且阐明了其适应证和禁忌证。至明清，拔罐疗法有了更大的发展。明代陈实功著《外科正宗》，有煮拔筒方；刘渊然著《济急仙方》有竹筒吸毒法。清代赵学敏在《本草纲目拾遗》中有陶罐治疗风寒头痛及眩晕、风痹等的详尽记载，并介绍了火罐的出处、形状、适应证、操作方法等。吴谦的《医宗金鉴》则记载了火罐配合中药、针刺治疗痈疽等，并首次提出把辨证用药和罐法紧密结合的主张。新中国成立以后，拔罐疗法有了新的发展。不仅在罐具、拔罐方法上有了发展，而且治疗范围也逐渐扩大，并与针灸、刺血、针挑等方法配合应用，使拔罐这一传统疗法得到了继承和发展。至今，拔罐疗法已成为治疗疾病的一种重要方法，成为中医学的一门独立学科。

# 《拔罐保健全书》

## 编辑推荐

拔罐有活血化瘀、舒筋通络、平衡阴阳和排出毒素之功效。其操作简便，适用证广，一学就会，一用就灵，是您首选的传统绿色疗法。 人体无毒一身轻，拔罐保健祛百病！

# 《拔罐保健全书》

## 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：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)