

# 《吴长新养生救命拍打功》

## 图书基本信息

书名：《吴长新养生救命拍打功》

13位ISBN编号：9787538463262

10位ISBN编号：7538463267

出版时间：2013-2

出版社：吉林科学技术出版社

作者：吴长新

页数：208

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)

# 《吴长新养生救命拍打功》

## 内容概要

吴长新所著的《吴长新养生救命拍打功》据统计，每年我国死于心脏病猝死的人数为5575人，平均每天有上千人猝死，并且呈现年轻化的趋势。为什么现代社会越来越多的人在运动过后、在加班熬夜过后、在暴饮暴食过后突然发病并导致不治而亡。各种情况下发生猝死的原因不尽相同，最多见的为心脑血管系统疾病。

如何在平时的生活中防患于未然，如何在发病的过程中自救或救他人？《吴长新养生救命拍打功》作者认为，在猝死发生的30分钟是自救及救人的黄金时间，在这段时间里，在救护人员来不及赶到的时间里，病人如何自救，亲友如何救人，直接关系到一个人的生死。专业的CPR（心肺复苏术）不容易掌握，本书教给您每个人都能掌握的“哈哈气功·快乐CPR”，让您在这紧要时刻能把握住延续生命的30分钟！

# 《吴长新养生救命拍打功》

## 作者简介

中国手足推拿专业委员会名誉主席 中华吴氏无痛刮痧拔罐综合健康促进会会长 科学气功学会理事长 台湾台北县易经学会理事长 美国新传统医学文教基金会总裁 中华手足按摩健康会创会人 北京中医学院客座教授 中国医药研究所研究员 美国针灸学院名誉顾问 加拿大针灸医师工会理事 世界医学气功学会副秘书长 香港中医学院针灸气功学系系主任 获大陆中医学会“一代名医，造福华夏”殊荣 荣获美国世界传统医学大会“民族医药之星”称号 荣获美国世界传统医学大会“世界传统医药突出贡献国际金奖” 荣膺WHO'S“当代世界传统医学杰出人物” 录入中国国家“世界传统医学大系”教科书版 美国教育部双语司颁赠“促进社区健康贡献奖” 共五十余部，主要有《长青健身功》《长命拍打功》《吴长新气功瑜伽》《超脑内革命——气功催眠》《健康自己动手》《中国养生宝典》《吴长新气功刮痧脑内疏压》《看眼知病·虹膜观照》等。

# 《吴长新养生救命拍打功》

## 书籍目录

观念篇 第一章 “气”在哪里 有“气”才有生命 拍打与气血循环的关系 松、静、自然，“气”感就来 练气功的原则与态度 “瞑眩反应”就是“好转反应” 第二章 拍打的特点 科学验证中西结合 可填补专业人员的不足 自救，救亲人 小孩也能做 从婴儿到年长者都适用 第三章 拍打的功效 让五脏六腑复苏，气血循环畅通 强健心肺功能，增力口肺活量 增加身体免疫力 皮肤排毒，美颜健体，健胸塑身除蝴蝶袖 舒解郁闷，预防抑郁症 第四章 吴氏奇穴 吴氏奇穴(一)的适应证 吴氏奇穴(一)的部位 吴氏奇穴(一)的临床找穴法 养生篇 第五章 哈哈气功·快乐CPR “哈哈气功·快乐CPR”的要领 2分钟“哈哈气功快乐CPR” 泰山健身操 第六章 干沐浴 有几种不同层次的方法 拍打手法 第七章 全身经络拍打 拍打手法 手太阴肺经活血疏压拍打功 手阳明大肠经活血疏压拍打功 足阳明胃经活血疏压拍打功 足太阴脾经活血疏压拍打功 手少阴心经活血疏压拍打功 手太阳小肠经活血疏压拍打功 足太阳膀胱经活血疏压拍打功 足少阴肾经活血疏压拍打功 手厥阴心包经活血疏压拍打功 手少阳三焦经活血疏压拍打功 足少阳胆经活血疏压拍打功 足厥阴肝经活血疏压拍打功 任脉活血疏压拍打功 督脉活血疏压拍打功 第八章 手足经络拍打 手部经络拍打 足部经络拍打 应用篇 第九章 双拍法 长命拍打功 双拍法的因缘 最能孝顺父母表达爱意 双拍法 第十章 头面颈部复苏术 头部复苏术 面部(五官)复苏术 颈部复苏术 第十一章 五脏六腑复苏术 心肺(上焦)复苏术 肝胆脾胃(中焦)复苏术 大小肠、子宫、膀胱、卵巢、输卵管、输尿管(下焦)复苏术 直肠复苏术 第十二章 对症拍打 先治痛症 对症调理 对拍打调理的两点提醒

# 《吴长新养生救命拍打功》

## 编辑推荐

中医有所谓“通则不痛，痛则不通”的说法，“拍打”是让“痛则不通”变成“通则不痛”的最简易方法，但很多人拍拍打打，却不知其原理与手法，拍错了反而易造成伤害。吴长新所著的《吴长新养生救命拍打功》结合中西医理及针灸经络的理论，介绍正确的拍打手法，让学习者真正达到养生功效。

# 《吴长新养生救命拍打功》

## 精彩短评

1、洋洋万言，名不符实，不值得买。

# 《吴长新养生救命拍打功》

## 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)