

《功效卓著的梳疗》

图书基本信息

书名：《功效卓著的梳疗》

13位ISBN编号：9787807398813

10位ISBN编号：7807398817

出版时间：2011-11

出版社：中原农民出版社

作者：高希言 编

页数：161

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

《功效卓著的梳疗》

内容概要

《功效卓著的梳疗》中梳疗是祖国医学的宝贵遗产之一，是一种古老的传统非药物自然医疗保健方法。它具有历史悠久、方法独特、简便安全、适用广泛、疗效可靠等特点，千百年来广泛流传于我国民间，深受广大群众的欢迎。梳疗具有安全、自然、无副作用等优点，目前已广泛用于临床治疗、医学保健和美容护肤等各方面。梳疗最大的特点是方便、可操作性强。有了梳子，就能治病！还在等什么，赶快看看怎么治病吧！

《功效卓著的梳疗》

作者简介

高希言，医学博士，河南省优秀青年科技专家，河南省省级学术技术带头人。现任河南中医学院针灸学科带头人，博士研究生导师、教授，兼任国家自然科学基金委员会项目评审专家，国家863计划课题评议专家，中国针灸学会理事，中国民间中医药研究开发协会特种灸法专业委员会副主任委员，中国针灸学会针灸文献专业委员会副秘书长，中国针灸学会耳针专业委员会常务理事，中国针灸学会针法灸法分会常务理事，河南省郑州市针灸学会会长，《中国针灸》杂志编委。曾出版《各家针灸学说》、《针灸医籍选》、《针灸学临床》、《针灸流派概论》等。

书籍目录

【走近梳疗】

梳疗的历史演变
梳疗的意义
不同痧象的临床意义
梳疗的常用器具与介质
梳疗器具
梳疗介质
梳疗的方法分类、操作步骤
梳疗的方法分类
梳疗的操作步骤
梳疗的补泻手法
梳疗的体位、部位及穴位
梳疗的体位
梳疗的部位及穴位
梳疗治疗的原则
经络穴位与梳疗
经络
穴位
十四经腧穴主治规律选穴原则
梳疗的功效与作用机制
梳疗的功效
梳疗的作用机制
梳疗的适应证与禁忌证
适应证
禁忌证
梳疗的注意事项
梳疗前注意事项
梳疗时注意事项
梳疗后注意事项

【梳疗祛疾】

内科疾病
感冒
咳嗽
中暑
呕吐
呃逆
泄泻
急性胃肠炎
胃痛
腹痛
痢疾
便秘
头痛
胁痛
高脂血症
胸痹
腰痛

《功效卓著的梳疗》

腰扭伤
坐骨神经痛
三叉神经痛
周围性面神经麻痹
漏肩风
痹证
眩晕
失眠
脏躁
惊悸
汗证
肺痛
吐衄
水肿
积聚
消渴
疝气
癫狂
痫证
中风
面瘫
痿证
黄疸
疟疾
癃闭
淋证
遗精
阳痿
脱肛
妇科疾病
月经不调
痛经
闭经
崩漏
不孕
阴挺
瘕
阴吹
更年期综合征
白带量多
妊娠恶阻
恶露不绝
产后腹痛
产后血晕
产后发热
乳缺
乳腺增生
乳痈
儿科疾病

《功效卓著的梳疗》

小儿惊风
小儿泄泻
小儿积滞
小儿疳积
小儿顿咳
小儿尿床
小儿疔腮
小儿痿证
小儿发热
小儿疝气
小儿夜啼
小儿鹅：疮、口疮
小儿虫病
外科疾病
风疹
肠痈
痔疮
疔疮
粉刺
湿疹
冻疮
牛皮癣
丹毒
带状疱疹
肘劳
落枕
扭伤
强直性脊柱炎
冻伤
毒蛇咬伤
五官科疾病
针眼
眼睑下垂
近视
夜盲
咽喉肿痛
盯耳
耳鸣、耳聋
鼻渊
鼻衄

梳疗是我国人民在与疾病的抗争中发明的一种自然疗法。人类最初的医疗保健手段，包括砭石、按摩、热敷、梳疗等。梳疗最初是用木梳或竹篦梳头来治疗疾病的一种方法。据考证，木梳始于汉朝，迄今已有两千多年的历史。唐朝时期人们就已运用梳疗来梳治痧病。元、明时代的中医书籍里已有较多的梳疗记载。发展至清代，有关梳疗的描述更为详细。例如：郭志邃在《痧胀玉衡》中曰：“梳疗法，背脊颈骨上下，又胸前肋肋两背肩、臂痧，用铜钱蘸香油梳之或用梳舌抵子脚蘸香油梳之；头额、腿上痧用棉纱线或麻线蘸香油梳之。”并对梳疗的具体应用及作用进一步论述道：“痧在肌肤者，梳之而愈；痧在血肉者，放之而愈。”“凡气分有痧，宜用梳；血分有痧，宜用放。”“肌肤痧用油盐梳之，则痧毒不内攻；血内痧有青紫筋，刺之则痧毒有所泄。”吴师机在《理瀹骈文》中也记载了梳疗的运用：“阳痧腹痛，莫妙以瓷汤匙蘸香油梳脊，盖五脏之系，咸在于脊，梳之则邪气随降，病自松解。”此外，梳疗疗法还见于《松峰说疫》、《串雅外编》、《七十二种痧证救治法》等医籍中。由此可见，远在古代，梳疗疗法已应用很广，并在民间流传不衰。由于历史的原因，梳疗等许多实用技术常常被看做是医道小技，难登大雅之堂，梳疗疗法长期流于民间，疏于整理，专论匮乏，没有受到足够的重视。近年来梳疗疗法在实践过程中不断发展和完善。相信梳疗疗法一定会和针灸、推拿、按摩等疗法一样，被越来越多的人所认识和接受。

沈女士今年50多岁了，在北京和女儿一家三代五口人住在一起。沈女士浓密的黑发，一直是她的骄傲，但在几个月前，她发现自己开始有白头发了，这让沈女士很惆怅。听别人说，多梳头对头发有好处，沈女士开始试着每天梳头十几次，坚持了一个多月，白发确实没有再增多，这让沈女士非常欣喜，把这个办法推荐给了家人。沈女士的女儿黄小姐，是一家外资企业的白领，白天工作非常紧张，夜里回家还要学习，常常是白天精神不好，晚上还失眠，黄小姐想，也许梳头能改善不良状态，特地买了一把按摩梳，早晚多梳几次头。

沈女士的丈夫黄先生，一年前患了糖尿病，尽管黄先生头发已经脱落了一大半，好多年都没用过梳子了，但他还是想看看梳头是不是对自己的病能有一些帮助。沈女士的小外孙不到两岁，头脑正处在发育期，大人们给他多梳梳头，是不是会让他更加有智慧呢？没想到，这一家五口人，梳疗的疗法还各有显效。其实，梳疗是一种中国传统的养身方法，中国历史上的文学家苏东坡，就曾经因为生病而严重脱发，后来他坚持早晚梳头，几个月后病就痊愈了。诗人陆游，每天早上坚持梳头，结果白发变了黑发。按照中医来讲，头为诸阳之会，一身的阳气都到头上来，头上的经脉多、穴位多，90%的热量由头部来散发，你说我们梳头的时候，这个意义重大不重大？为什么梳理头部可以提高人的思维能力？因为人的头上有几十个穴位，就拿督脉来说，督脉有28个穴位，从大椎向上以后，这条线上非常重要的督脉穴位都在头上。我们在梳头的时候，第一梳理中间的督脉，往旁边一点儿，梳理膀胱经，再往旁边一点儿，梳理胆经。根据中医理论，人的头部有穴位40多个、刺激区10多个，因此梳疗可以刺激按摩穴位，对头脑健康很有益处。比如，梳疗时梳齿经过百会、太阳、玉枕、风池等穴，可以促进颅脑内血液循环，使头部的神经兴奋性提高，血管扩张，淋巴回流加快，改善颅内供血，减缓脑细胞的老化过程，对高血压、脑溢血等疾病都有预防作用，还可以缓解头疼、预防感冒，使人耳聪目明。此外，梳头还直接关系到头发的健康，现在很多人不重视梳头，或者长期不梳头，头皮缺乏运动，新陈代谢少，头发就会稀疏、脱落，或长头皮屑等。而梳头时梳子直接作用于头皮，可以加强对头皮的摩擦刺激，改善头部血液循环，从而使头发得到滋养，牢固发根，防止脱发。梳疗养生，操作简单便捷，不仅对中老年人非常适宜，忙碌的上班族也可以做一做。一天紧张工作之后梳梳头，可以松弛神经，消除疲劳，使大脑得到很好的休息；临睡前梳梳头，可以改善睡眠，提高睡眠质量；早晨起床后梳梳头，可以使精神焕发，消除倦意。不过，梳疗要想达到理想的效果，还要注意方法。首先，要让梳齿触及头皮，只梳理头发不梳头皮，不能起到梳疗的效果。其次，用力要轻重合适，太轻起不到按摩头皮的作用，太重则容易损伤头皮。梳疗的方向，最好是沿着经脉的方向，从额头发际一直梳到颈后的发根处，每个部位梳50次以上，感觉头皮舒服、有些发热就可以了。不过，我们还要提醒您注意，有些情况是不适合梳头的，比如头部有手术瘢痕、创伤、骨折、溃疡、恶性肿瘤等，都不宜在患处梳理，囟门未闭的婴幼儿，也不宜梳疗。梳疗是养身、健体的好方法。只要有一把梳子，随时随地都可以进行。要做好梳疗，首先要有一把合适的梳子，梳子是否合适，也关系到您的健康。什么样的梳子才是对您健康有益的梳子呢？……

《功效卓著的梳疗》

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