

# 艾灸扫除常见病



[艾灸扫除常见病\\_下载链接1](#)

著者:单桂敏

出版者:工商联

出版时间:2012-3

装帧:

isbn:9787802499935

《艾灸扫除常见病(修订升级版)》是著名的艾灸专家单桂敏老师《艾灸扫除常见病》的

修订升级版。《艾灸扫除常见病》在2011年中国健康年度总评榜的评选中荣获“2011最受欢迎健康图书”奖。

《艾灸扫除常见病》自2011年9月上市以来在各大书店热卖，再次掀起艾灸养生热潮。《艾灸扫除常见病(修订升级版)》除了修改第一版的少数错误、精简了治疗穴位外还附赠一张《艾灸疗法成人疾病速查挂图》，读者可以对着挂图找疗法、找穴位，简单轻松地施行艾灸。

《艾灸扫除常见病修订升级版》对图片的版式以及书中关于艾灸操作的内容进行了优化，使图片更生动、文字更简练，增加阅读的愉悦感。

作者介绍:

单桂敏，18岁开始行医，至今已有40年，积累了丰富的临床经验。

将传统艾灸之优势与现代技术之大成融为一体，发明了单氏艾灸罐、单氏艾灸盒、寻病祛病艾灸法等，创立了享誉中外的单氏艾灸疗法。

2006年在“39健康网”开博，博客名为“我的从医感受”，毫无保留地向网友传授各种常见病及疑难杂症的艾灸疗法。目前的博客点击量已突破4000万。日点击量超过10万次，其博客人气现居中国第一健康门户网站——“39健康网”首位，是名副其实的博客人气王。

除擅长艾灸之外，还是个多面手。针刺、导药、放血等疗法也运用自如，可谓手到病除。

2009年，“我的从医感受”获得“全国中老年博客大赛”健康类博客第二名。

40年的行医经历，5年的博客艾灸疗法推广，孜孜不倦，不求回报，被网友们亲切地称为“单阿姨”。

目录: 序 把“艾”传播出去 第一章 了解艾灸  
寒邪、气滞、元阳虚是现代常见疾病的病根 四效合一的艾灸最适合现代人  
正确的找穴法 艾灸的几种方法 艾的鉴别 把治病变得简单——灸具的制作及使用  
艾灸出现的各种反应 灸泡的处理和灸疮 辅助艾灸的手足耳疗法 辅助艾灸的刮痧法  
辅助艾灸的导药、电针和放血疗法 艾灸的其他注意事项 第二章 艾灸治疗常见病 内科  
感冒 鼻炎 慢性咽炎 中耳炎 三叉神经痛 偏头痛 胸膜炎 慢性阑尾炎 结肠炎 糖尿病 肾病  
肝纤维化 前列腺炎 不育 更年期综合征 更年期眩晕 外科 颈椎病 肩周炎 落枕 网球肘  
腰椎间盘突出症 膝关节痛 跟腱炎 乳腺增生 外痔 风湿 湿疹 妇科 痛经 子宫肌瘤  
功能性子宫出血 阴道炎 宫颈炎 卵巢囊肿 附件炎 产后恶露不尽 子宫脱垂  
流产后身体虚弱 不孕症 儿科 小儿咳嗽 小儿伤食 小儿盗汗 小儿遗尿 小儿肠胃不好  
小儿发热 第三章 艾灸调理亚健康 头痛 空调病 食欲不振 神经衰弱 爱抱怨 失眠 情绪低落  
压力大 黄褐斑 第四章 艾灸保健效果好 养生灸无定式，按需来取穴 腹背对穴来寻病  
手足发冷 免疫力低下 肾阳虚 美容养颜 美体减肥 精力不足 第五章 两套经络保健操  
单氏颈椎保健操 单氏赖床操  
• • • • • [\(收起\)](#)

[艾灸扫除常见病\\_下载链接1](#)

## 标签

艾灸

养生

保健

中医

健康

医

生活

喜欢

## 评论

说的比较杂，但把艾灸的常识介绍全了。

-----  
不错，很实用

-----  
[艾灸扫除常见病 下载链接1](#)

## 书评

我买了《艾灸扫除常见病》，学了好多东西，自己买了艾灸条给自己养生，周围一些老

姐们也被我吸引了，大家相互交流，都觉得很不错。特别是我们老年人怕冷、消化不太好，用这个艾灸一暖，效果很明显。这次又出了升级版，封面也成了单老师，真精神。书里又加一张挂图，真是好...

-----  
[艾灸扫除常见病\\_下载链接1](#)