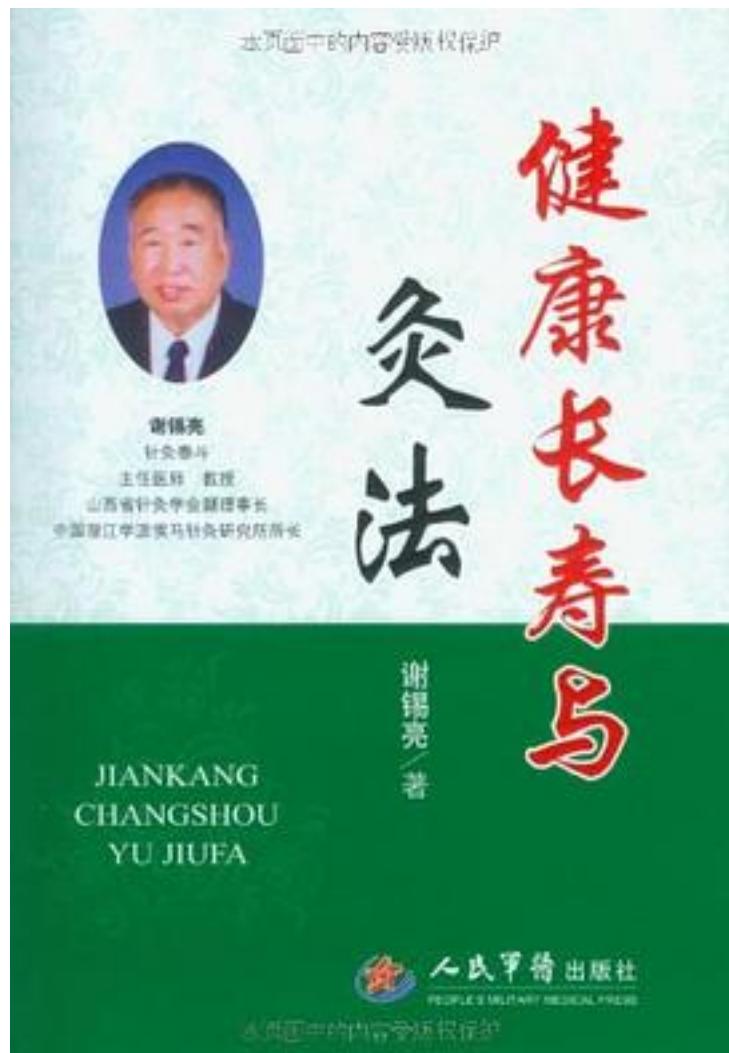


# 健康长寿与灸法



[健康长寿与灸法 下载链接1](#)

著者:谢锡亮

出版者:人民军医

出版时间:2010-12

装帧:

isbn:9787509141403

《健康长寿与灸法》主要内容简介：手太阴肺经穴位、手阳明大肠经穴位、足阳明胃经穴位、足太阴脾经穴位、手少阴心经穴位、手太阳小肠经穴位、足太阳膀胱经穴位、足少阴肾经穴位、手厥阴心包经穴位、手少阳三焦经穴位等。

作者介绍：

目录: 第1章 灸法基础与施灸要领 第一节 概述 一、灸法发展概况 二、灸法简介  
三、治疗作用原理研究 四、灸的原料 第二节 施灸要领 一、施灸方法  
二、施灸时的感传 三、灸的功用及主治 四、注意事项 第2章 十四经穴及划经点穴要点  
第一节 十四经脉穴位分寸歌诀及图示 一、手太阴肺经穴位 二、手阳明大肠经穴位  
三、足阳明胃经穴位 四、足太阴脾经穴位 五、手少阴心经穴位 六、手太阳小肠经穴位  
七、足太阳膀胱经穴位 八、足少阴肾经穴位 九、手厥阴心包经穴位  
十、手少阳三焦经穴位 十一、足少阳胆经穴位 十二、足厥阴肝经穴位 十三、任脉穴位  
十四、督脉穴位 【附】常用腧穴定位比较记忆法 第二节 划经点穴要点  
一、常用骨度分寸 二、分段划线取穴法 三、划经点穴注意事项 第3章  
健康、亚健康与保健灸法 第一节 健康 一、健康三要素 二、健康新概念  
三、世界卫生组织衡量健康的标准 四、我国老年人健康的标准 第二节 亚健康  
一、基本概念 二、常见原因 三、主要危害 第三节 保健灸法 一、概说  
二、保健灸的功效 三、配穴与施灸方法 四、养生保健12穴  
五、常用腧穴取穴方法 第4章 足三里灸与长寿 一、文献记载 二、日本研究  
三、现代研究 四、取穴方法 五、特性与功效 六、主要作用 第5章 防治难治性疾病  
一、慢性难治性疾病 二、顽固性皮肤病 三、乙型肝炎 四、艾滋病 五、恶性肿瘤 第6章  
常见病治疗配穴方法 一、治疗总则 二、常见症状及杂病 三、呼吸系统疾病  
四、循环系统疾病 五、血液系统疾病 六、消化系统疾病 七、神经系统疾病  
八、泌尿生殖系统疾病 九、代谢及内分泌疾病 十、运动系统疾病 十一、地方病  
十二、外科病症(证) “十三、皮肤科疾病 十四、妇产科疾病 十五、儿科疾病  
十六、五官科疾病 第7章 医案精选 一、保健灸疗 二、慢性胃炎、气管炎 三、胃炎  
四、抑郁症 五、贫血 六、慢性肠炎 七、原发性高血压、桥本甲状腺炎  
八、风湿性关节炎 九、神经衰弱 十、血小板减少症 十一、血小板增多症  
十二、经常感冒 十三、腰椎间盘突出 十四、面部痉挛 十五、颈椎病  
十六、痛风性关节炎 十七、慢性乙型肝炎 十八、肿瘤病人放化疗后白细胞减少症  
附录A 灸法抗衰老的立论依据 附录B 日本间中喜雄论灸法 附录C 患者来信  
· · · · · (收起)

[健康长寿与灸法](#) [下载链接1](#)

标签

艾灸

长寿

灸法

国学

健康

评论

基础书。有了《谢锡亮灸法》，就不用看这本了。

---

[健康长寿与灸法 下载链接1](#)

书评

---

[健康长寿与灸法 下载链接1](#)