

针灸

● 针灸美容美形基础
● 针灸治疗损容损形
● 针灸减肥
● 针灸治疗脱发
● 针灸美容

美容美形 大全

ZHENJIU MEIRONG
MEIXING DAQUAN

主编 许天兵 费兰波



科学技术文献出版社

针灸美容美形大全

主 编 许天兵 费兰波
副主编 潘红玲 朱书秀 王茂玉
编 委 (按姓氏笔画为序)
万菊华 付艾妮 朱 青
朱书秀 许天兵 余晓慧
杨福恒 周丽莎 费兰波
秦雪君 潘红玲

科学技术文献出版社

Scientific and Technical Documents Publishing House

北 京

图书在版编目(CIP)数据

针灸美容美形大全/许天兵,费兰波主编. -北京:科学技术文献出版社,
2006. 10

ISBN 7-5023-5391-7

I. 针… II. ①许… ②费… III. 美容-针灸疗法 IV. R246.7

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 091849 号

出 版 者 科学技术文献出版社
地 址 北京市海淀区西郊板井农林科学院农科大厦 A 座 8 层/
100089
图书编务部电话 (010)51501739
图书发行部电话 (010)51501720,(010)68514035(传真)
邮 购 部 电 话 (010)51501729
网 址 <http://www.stdph.com>
E-mail: stdph@istic.ac.cn
策 划 编 辑 王亚琪
责 任 编 辑 王亚琪
责 任 校 对 赵文珍
责 任 出 版 王杰馨
发 行 者 科学技术文献出版社发行 全国各地新华书店经销
印 刷 者 利森达印务有限公司
版 (印) 次 2006 年 10 月第 1 版第 1 次印刷
开 本 787×960 16 开
字 数 614 千
印 张 35
印 数 1~5000 册
定 价 55.00 元

© 版权所有 违法必究

购买本社图书,凡字迹不清、缺页、倒页、脱页者,本社发行部负责调换。

(京)新登字 130 号

内 容 简 介

本书分总论和各论两个部分,内容几乎涉及了针灸美容美形的各个方面。总论介绍了针灸美容美形的历史沿革、作用特点、作用机理、常用经络腧穴、针灸方法及现代解剖基础等;各论包括针灸治疗损容损形疾病、针灸减肥、针灸治疗脱发、针灸保健美容四个部分。该书作用不仅总结了自己的临床实践经验,而且综述了近 20 年来针灸美容领域的研究成果,具有科学性、先进性和实用性,对临床从业人员具有较高的参考价值。

本书强调实用性、可操作性。各章节的内容析理透彻,结构严谨,图文并茂,且文字通俗易懂,故不仅可以作为临床从业人员的参考书籍,对针灸美容美形感兴趣的一般读者,本书也有很好的指导作用。

科学技术文献出版社是国家科学技术部系统唯一一家中央级综合性科技出版机构,我们所有的努力都是为了使您增长知识和才干。

前 言

针灸美容美形是目前比较热门的话题之一,针灸作为一种非药物治疗手段进行美容、美形,以其毒副作用小(几乎没有),并具有整体调节综合治疗的优势,受到了越来越多临床医生和广大患者的青睐。然而由于针灸美容美形的开展时间不长,其对治疗哪些损容损形疾病确有疗效?治疗机理为何?常用针灸方法有哪些?及在美容保健方面有哪些应用等诸多问题有待于进一步探讨,为此我们编写了《针灸美容美形大全》一书,以服务于读者。

本书分总论和各论两个部分,内容几乎涉及了针灸美容美形的各个方面。总论介绍了针灸美容美形的历史沿革、作用特点、作用机理、常用经络腧穴、针灸方法及现代解剖基础等;各论包括针灸治疗损容损形疾病、针灸减肥、针灸治疗脱发、针灸保健美容四个部分。“针灸治疗损容损形疾病”详细阐述了36种损容损形及其相关疾病的诊断、治疗及注意事项,每种病后还附有相关资料摘录,以便于读者临床参考。“针灸减肥”和“针灸治疗脱发”则是对严重困扰现代人的“肥胖”和“脱发”两种病症,所列出的专门章节,相信会给读者留下深刻印象。“针灸保健美容”详细介绍了针灸保健美容的基础理论、基本知识和基本技能,介绍了经络、脏腑、腧穴与保健美容的关系,从润发泽毛、乌须发、生须发、固发、驻颜抗衰、防皱去皱、润面泽面等16个方面介绍了针灸保健的方法。该书

不仅总结了作者自己的临床实践经验,而且还参阅了近20年来针灸美容领域的研究成果,具有科学性、先进性和实用性,对临床从业人员具有较高的参考价值。读者能从本书中基本了解目前国内针灸美容美形的最新信息及各种参考资料。

本书强调实用性、可操作性。各章节的内容析理透彻,结构严谨,图文并茂,且文字通俗易懂,故不仅可以作为临床从业人员的参考书籍,对针灸美容美形感兴趣的一般读者,本书也有很好的指导作用。

向您推荐我社部分 优秀畅销书

针灸、推拿类

临床针方	32.00
灸具灸法	16.00
针具针法(第二版)	20.00
针灸治痛(第二版)	18.00
保健针灸与按摩	17.00
针灸有效点图解	20.00
针灸三通法临床应用	19.00
中国足针疗法	20.00
中国头针疗法	18.00

注:邮费按书款总价另加 20% 邮购热线:(010)51501729

邮购地址:北京市海淀区西郊板井农林科学院农科大厦 A 座 8 层/100089

向您推荐我社部分 优秀畅销书

针灸、推拿类

针灸特定穴——理论与临床(第二版)	32.00
针灸推拿全书	80.00
针灸医学验集	48.00
针灸三通法操作图解	72.00
针灸临床证治精要·现代中医临床	20.00
常见百病针灸点按穴法图解	18.00
中国手法疗法	29.00
名医针刺经验用典	34.00
文化中医	29.00

注:邮费按书款总价另加 20% 邮购热线:(010)51501729

邮购地址:北京市海淀区西郊板井农林科学院农科大厦 A 座 8 层/100089

目 录

总 论

第一章 概述	(3)
第二章 针灸美容美形相关经络和腧穴	(6)
第一节 经络	(6)
第二节 腧穴	(18)
第三章 常用针灸法	(89)
第一节 毫针刺法	(89)
第二节 灸法	(101)
第三节 拔罐疗法	(105)
第四节 电针疗法	(111)
第五节 穴位注射疗法	(113)
第六节 刺血疗法	(115)
第七节 梅花针疗法	(119)
第八节 皮内针疗法	(123)
第九节 火针疗法	(125)
第十节 挑刺疗法	(127)
第十一节 穴位激光照射疗法	(128)
第十二节 穴位磁疗法	(130)
第十三节 穴位埋线疗法	(133)
第十四节 穴位贴敷疗法	(135)
第十五节 芒针疗法	(137)
第十六节 耳针疗法	(140)
第十七节 头针疗法	(151)
第四章 针灸美容美形的现代解剖基础	(167)

第一节 皮肤的结构和功能·····	(167)
第二节 头面部的结构和生理功能·····	(183)

各 论

第五章 针灸治疗损容损形疾病·····	(197)
黄褐斑·····	(197)
雀斑·····	(201)
寻常性痤疮·····	(202)
酒渣鼻·····	(205)
脂溢性皮炎·····	(207)
荨麻疹·····	(209)
湿疹·····	(212)
神经性皮炎·····	(215)
瘙痒症·····	(218)
疣·····	(220)
带状疱疹·····	(223)
白癜风·····	(226)
银屑病·····	(230)
毛囊炎·····	(233)
丹毒·····	(234)
接触性皮炎·····	(236)
斑痕疙瘩·····	(237)
手足癣·····	(239)
鸡眼·····	(241)
多汗症·····	(242)
臭汗症·····	(243)
冻疮·····	(244)
近视·····	(245)
斜视·····	(249)
上睑下垂·····	(251)
麦粒肿·····	(253)
急性结膜炎·····	(255)

过敏性鼻炎·····	(258)
慢性咽炎·····	(260)
耳鸣耳聋·····	(263)
面神经炎·····	(266)
面肌痉挛·····	(271)
三叉神经痛·····	(273)
颞颌关节功能紊乱·····	(276)
落枕·····	(279)
中风·····	(281)
第六章 针灸减肥·····	(286)
第一节 概述·····	(286)
第二节 肥胖症的危害·····	(292)
第三节 针灸减肥的现代研究·····	(297)
第四节 肥胖症的病因病机·····	(298)
第五节 生活方式与肥胖·····	(305)
第六节 肥胖症的病理生理改变·····	(310)
第七节 肥胖症的临床表现·····	(312)
第八节 肥胖症的诊断标准·····	(313)
第九节 单纯性肥胖症的针灸疗法·····	(318)
第十节 肥胖并发症的针灸疗法·····	(330)
第十一节 特殊类型肥胖症的针灸疗法·····	(371)
附：针灸减肥临床报道·····	(388)
第七章 针灸治疗脱发·····	(397)
第一节 绪论·····	(397)
第二节 头发的结构功能和头皮的解剖结构·····	(398)
第三节 脱发的诊断与针灸治疗·····	(403)
斑秃·····	(403)
附：治疗脱发常见的食疗方·····	(443)
第八章 针灸保健美容·····	(449)
第一节 针灸保健美容的原理·····	(449)
第二节 针灸保健美容的基本内容·····	(451)
第三节 针灸保健美容的基础及特点·····	(452)

第四节	针灸保健美容的现代研究·····	(454)
第五节	传统医学与针灸保健美容·····	(456)
第六节	毛发的针灸保健美容·····	(472)
第七节	颜面五官的针灸保健美容·····	(489)
第八节	躯体四肢针灸保健美容·····	(537)

总 论

- 概述
- 针灸美容美形相关经络和腧穴
- 常用针灸法
- 针灸美容美形的现代解剖基础

概 述

针灸美容美形是在中医学理论的指导下,采用针刺、灸疗等方法刺激相应的经络和腧穴以达到调动人体内在的抗病因素,调整内在脏腑的功能,疏通经络,促进气血运行以达到美容美形的目的。它主要包括了针灸美容美形的方法、针灸治疗损容损形疾病、针灸保健美容等内容。

随着社会的进步和科学的发展,目前针灸美容美形的方法不断丰富,除了传统的针法和灸法外,各种新的针灸治疗方法可谓层出不穷,如头针、耳针、电针、水针、埋针埋线、穴位磁疗、激光穴位照射等等。治疗方法的丰富使针灸美容美形及针灸保健美容的范围不断扩大,其治疗效果也有了很大的提高。

针灸治疗损容损形疾病,在我国具有悠久的历史,早在秦汉之前成书的《五十二病方》中就有使用灸法治疗“疣”的记载:“尤(疣),取蔽蒲席若籍之弱,绳之,即燔其末,以久(灸)尤(疣)末,热,即拔尤(疣)去之。”其后历代针灸专著中,亦有不少针灸祛除疣赘、痤疮、酒渣鼻,治疗口眼歪斜、脱发等方面的论述。近年来,随着人民生活水平的提高,美容越来越为人们所关注。使用针灸治疗痤疮、酒渣鼻、肥胖病、脱发、扁平疣、黄褐斑、雀斑、血管瘤、色素痣、口臭、多毛症等疾患,进行美容的报道越来越多。本书共介绍了针灸治疗效果较好的 38 种损容损形及其相关疾病,其中损容损形性疾病有:黄褐斑、雀斑、痤疮、酒渣鼻、脂溢性皮炎、荨麻疹、湿疹、神经性皮炎、瘙痒症、疣、带状疱疹、白癜风、银屑病、毛囊炎、丹毒、接触性皮

炎、冻疮、瘢痕疙瘩、近视、斜视、麦粒肿、急性结膜炎、上睑下垂、耳鸣耳聋、面神经炎、面肌痉挛、手足癣、鸡眼、落枕、中风偏瘫。损容损形相关疾病有：三叉神经痛、颞颌关节紊乱、过敏性鼻炎、多汗症、臭汗症、慢性咽炎。损容损形相关疾病虽然没有直接损容损形，但的确会从一个侧面损害形象或与多种损容损形性疾病的发生密切相关，针灸治疗这些疾病也可以起到间接美容的较好效果。而对严重困扰现代人的肥胖和脱发两种病症，我们则在书中列出专门的章节“针灸减肥”、“针灸治疗脱发”进行了详细介绍，相信会给读者留下深刻印象。

近些年来，由于大量医务人员对美容业的介入，针灸美容整形又得到了新的发展，已作为一个新的学科从针灸疗法中独立出来，同时针灸保健美容的手法也在逐渐地被挖掘和应用，如将针灸用于驻颜抗衰、防皱去皱、润面泽面、美白、美齿、香口除臭、明目、聪耳、丰乳隆胸等。针灸保健美容以其操作简便、疗效确切、经济安全，已越来越受到社会的认可和欢迎。它外能美化容颜（治标），内可调节脏腑功能（治本），从根本上去除引起损美性疾病和损美生理缺陷的原因，通过经络的调节功能治疗损美性疾病或改善皮肤状态，延缓衰老。所以针灸保健美容是整体美容和局部美容的有机结合，是一种有前途的美容方法。

针灸之所以能美容整形，全在疏通经络，调节脏腑气血，使之达到持久的、稳定的阴阳平衡。针灸的各种治疗方法，就是以经络腧穴理论为指导，强调从整体观念出发，针对每一个体的不同情况，补虚泻实，驱除发生损容损形疾病的内在病因，同时选择适当的方法解决局部病灶。因为针灸治疗损容损形疾病是整体调节和局部刺激的有机结合，所以不仅可以取得明显确切的治疗效果，而且效果持久。现代医学研究证实：针灸经络腧穴，可调节人体的神经、体液及内分泌器官的功能，使之处于良好的水平，提高肌体的免疫功能，促进新陈代谢，达到防病治病的目的。如通过对面部经络腧穴的刺激，能调节面部肌肉皮肤的收缩和扩张，使皮肤组织产生组胺和乙酰胆碱刺激血管扩张，改善肌体的微循环，增加面部皮肤的营养，达到祛病养颜美容的效果。

针灸美容整形，有其独具的特色：

(1) 针灸是一种物理疗法，相对于药物治疗来说，几乎没有任何副作用。随着科学技术的不断发展，人们越来越认识到药物副作用的危害性，目前国际医学界对人类古老的物理性质的治疗手段又逐渐重视起来，因为这些疗法一般都无危及人体健康的副作用，其优点是显而易见的。

(2) 针灸治疗损容损形疾病是通过经络的作用，调节脏腑阴阳平衡，它既可在局部施术，又能够针对病因辨证施治，因此可以达到标本兼治的目的。如治疗气滞

血瘀所致的黄褐斑,既在面部皮损区采用围刺针法,又取合谷、血海、三阴交、太冲等穴行气活血,二者结合可以提高疗效,控制复发。

(3)针灸治疗损容损形疾病还具有操作简便、易于掌握的优点。针灸常用的医疗工具主要是针、火罐、艾条等,无需投入大量资金购置大型设备,有利于普及推广。

针灸是人类最古老的一种疗法,是我国传统医学的瑰宝。我们相信,针灸自身所具有的独特优势,必将使其在现代美容美形事业中发挥越来越重要的作用。