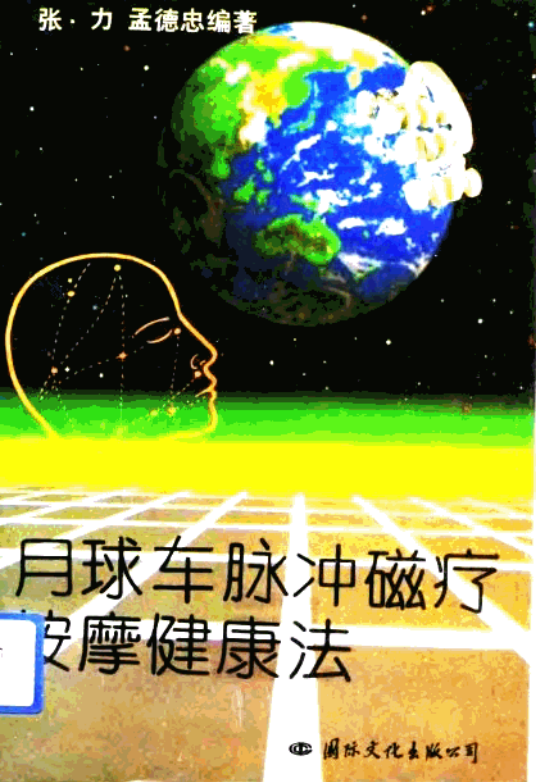


张·力 孟德忠编著



月球车脉冲磁疗 按摩健康法

国际文化出版公司



	1
2	3

①月球车发明者张力在第 83 届巴黎世界发明博览会上被授予单项奖。

②人大副委员长、国务院副总理田纪云观看样品。

③欲做掀天揭地之大事，必向薄冰中走去。张力在书海里遨游。





1	
2	4
3	5



- ① 张力同世界象棋女王谢军在一起。
- ② 在美国洛杉矶, 张力访问加州卫生局官员。
- ③ 为消费者签名。
- ④ 在法国巴黎。
- ⑤ 在洛杉矶国际针灸医学学术研讨会上发言。

序

人类对生命的本质问题或许存有着这样或那样的想法，但是其中有一点需证明：即我们必须在具有健康身体的条件下才能去实现人生之价值，去享受生命的快乐与幸福。尽管这一点看上去直白、简单，但并不是每一个人都意识到且付诸行动。其中的原因是十分复杂的，但有一个原因却不容忽略：人类没有从文化的意义上来认知人体保健工作的重要性。改善现代保健工作的前提并不取决于某一种具体的保健方式，而取决于改变长期存留在人们头脑之中的旧的保健观念。

悠久的历史传统医药学文化宝库给我们这些炎黄子孙带来了无比的智慧。突飞猛进的现代科技激发了我们的新思维。我们没有必要顾忌什么，也没有必要堕入盲目的无逻辑状态中。我们可以站在古典与现代的交点上用自己独特的视角去为病痛中的人们带来一点安慰。去为那些不知道人体保健的人们带来一缕光明。

这个世界需要更多的爱！人人需要更好的卫生保健。正是从这一点出发，我将我的脉冲磁疗按摩方法与月球车磁疗按摩器奉献给那些渴望健康与爱的人们！

目 录

一 月球车健康法一般知识

- 1 月球车脉冲磁疗按摩器概述 (1)
- 2 月球车脉冲磁疗按摩器的种类 (2)
- 3 何谓月球车健康法 (3)
- 4 月球车健康法治病机理 (4)

二 月球车健康法常用经穴区

- 常用经穴部位与主治 (11)

三 月球车健康法实施方法

- 1 持车方法 (25)
- 2 按摩操作方法 (28)
- 3 实施步骤 (29)
- 4 适应范围与注意事项 (30)

四 各类病症健康法

- 1 防治感冒法 (33)
- 2 支气管炎防治法 (35)
- 3 治疗高血压法 (37)
- 4 偏瘫防治法 (39)

5	冠心病防治法	(41)
6	治疗高脂血症法	(43)
7	治疗糖尿病法	(45)
8	治疗胆绞痛法	(47)
9	解除疲劳倦怠法	(49)
10	排除失眠困扰法	(51)
11	治疗心悸法	(53)
12	治疗耳鸣、耳聋法	(55)
13	强化肝功能法	(57)
14	精神放松法	(59)
15	治疗胃炎法	(60)
16	治疗小儿厌食法	(62)
17	消除打嗝法	(64)
18	治疗便秘法	(65)
19	治疗阳萎法	(66)
20	治疗颈椎病法	(68)
21	解除落枕痛苦法	(70)
22	治疗肩膀酸痛法	(71)
23	防治肩周炎法	(72)
24	腰背痛松解法	(74)
25	治疗坐骨神经痛法	(76)
26	治疗肋间神经痛	(78)
27	治疗手足冷症法	(79)
28	治疗网球肘法	(81)
29	治疗膝关节痛法	(82)
30	解除小腿痉挛法	(83)

31 防治老年不宁腿综合症法	(84)
32 防治痔疮法	(85)
33 治疗痛经法	(87)
34 治疗闭经法	(89)
35 治疗绝经期综合症法	(91)
36 治疗慢性盆腔炎法	(93)

五 月球车健康三十六法图集

1 强身保健法	(95)
2 心血管保健法	(97)
3 脑血管病保健法	(99)
4 小儿保健法	(100)
5 减肥健美法	(101)
6 醒神法	(103)
7 治疗多梦法	(105)
8 治疗健忘法	(106)
9 治疗头痛法	(107)
10 治疗头重法	(109)
11 治疗歇斯底里症法	(111)
12 眼疲劳保健法	(112)
13 增强胃肠功能法	(113)
14 治疗胃胀、嗝气法	(114)
15 治疗吞酸(反酸)法	(115)
16 治疗食欲不振法	(116)
17 治疗肠胀气法	(117)
18 治疗胃痉挛(胃痛)法	(118)

19	治疗单纯性腹泻法	(120)
20	治疗大便失禁法	(121)
21	治疗季肋部疼痛法	(122)
22	治疗尿频法	(123)
23	治疗膀胱炎法	(124)
24	治疗遗尿症法	(125)
25	治疗支气管哮喘法	(126)
26	治疗牙痛法	(127)
27	治疗咽喉痛法	(128)
28	治疗流鼻血法	(129)
29	预防听力减退法	(130)
30	治疗手指拘挛法	(131)
31	治疗腰扭伤法	(132)
32	治疗月经不调法	(132)
33	治疗白带过多法	(134)
34	治疗母乳分泌不足法	(135)
35	治疗荨麻疹法	(136)
36	治疗神经性皮炎法	(137)

六 月球车健康法与其它疗法的关系

1	经络——穴区带疗法	(138)
2	头针疗法	(143)
3	足部按摩保健法	(146)
4	刺激神经疗法	(149)

附磁疗按摩对甲皱微循环影响的初步观察..... (166)

参考文献..... (168)

一 月球车健康法一般知识

1 月球车脉冲磁疗按摩器概述

按摩是中国传统的行之有效的医疗保健方法，它主要是通过各种手法对人体气血经脉起到畅通作用。达到扶正复元之效，不仅可以治疗各种内外、骨伤科等方面的多种常见病，而且可以用于强身防病，康复身心。

“晶”牌月球车磁疗按摩器遵循中医推拿按摩理论，借鉴了古今中外各种按摩技术特点，在按摩器的制作原理及形式上较当今其它各种按摩器均有创新突破。①月球车磁疗按摩器一改传统电源的点式按摩，而采用无电源的轮式磁性滚压按摩。②本按摩器最有效地与体表广泛接触，具有滚、摩、推、理、按、擦、刮、揉、点、叩、捻等多种人工手法相似的功能。③本按摩器能起到通调机体气血运行的磁疗效应，是独特的融按摩与磁疗为一体的保健产品。按摩器上旋转的带有磁性装置以多组按摩轮通过月球车式万向轴连接，使其更适用于人体各个生理部位而全方位发挥治疗和保健作用。④本按摩器不同于其它按摩器的突出特点是，不带附加电源，将按摩与磁疗结为一体，起到了模糊针灸的效果，操作简便、安全、经济、便于携带，是值得推广的医疗保健用品，拥有它会使人们“月球车在手，健康伴您走”。

2 月球车脉冲磁疗按摩器的种类

“晶”牌月球车脉冲磁疗按摩器根据用途、式样不同，可分为治疗型、保健型两种类型。（见图 1-1，图 1-2）

①治疗型：本产品结构设计力度较大、备有磁疗装置，轮式滚动可以产生磁通强度为 1400 高斯适于保健与医疗的脉冲磁场。

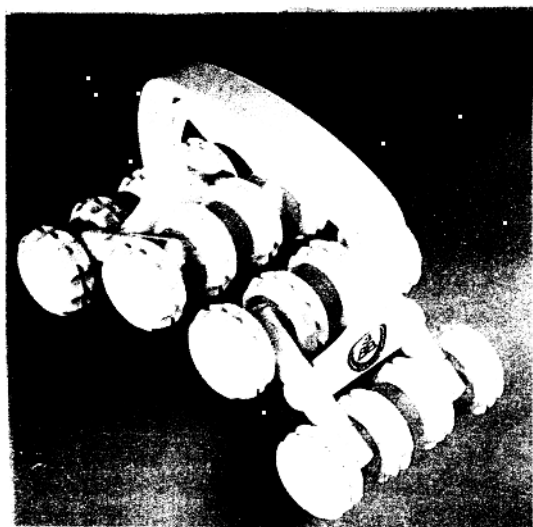


图 1-1 治疗型

②保健型：本产品结构设计上备有磁性装置，轮式滚动可以产生磁通强度为 800 高斯适用于保健的脉冲磁场。

根据不同磁场强度对人体产生的不同效应，您可以根据自己的需要加以选择。

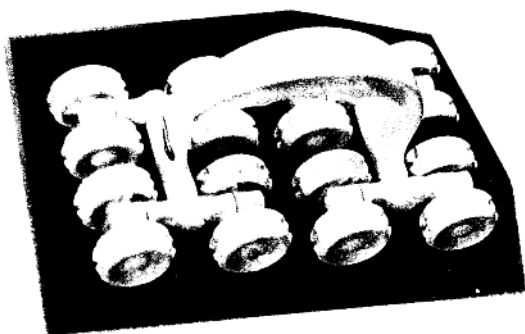


图 1—2 保健型

3 何谓月球车健康法

“月球车”（即“晶”牌月球车脉冲磁疗按摩器）是一种集按摩与磁疗为一体的全方位按摩健身用具。

月球车健康法就是通过这一结构新颖独特脉冲磁疗按摩器——月球车对机体一定经穴区施以一定按摩手法达到刺激经络、孔穴、调整人体气血阴阳，脏腑功能，疏通经脉以防

治某些疾病、养生保健的一种方法。本法立足于调动和发挥机体自身潜在的自动调节功能和保健能力,达到扶正复元。本法安全、简便、有效、经济、无损伤、便于学习和掌握,是一种有病治病,无病强身的物理健康法。

4 月球车健康法治病机理

月球车脉冲磁疗按摩治疗疾病是根据祖国医学脏腑、经络、营卫气血等学说和现代医学神经、循环、消化、代谢、运动等原理,运用轮式脉冲磁疗滚压按摩手法给予机体良性物理刺激,作用于经络、穴位、神经等组织使机体发生由此及彼、由表及里的各种变化,从而使人体各脏腑组织器官的功能达到相对平衡状态,以消除各种疾病。

其作用机理通过以下作用途经来实现的(见图1—3)

(1) 按摩作用:月球车有双排16个车轮,可沿身体的不同部位来回滚动,万向轴运用使月球车能全方位地和人体各部经穴区接触而进行按摩。

(2) 模糊针灸作用:月球车带犬牙的车轮,使按摩器对人体产生压强增大起到模糊针灸、指压的作用。

(3) 脉冲磁疗作用:月球车齿轮上备有磁性装置、轮式滚动可以产生800—1400高斯对人体健康有益的脉冲磁场。

从祖国医学角度,月球车保健,治疗的原理可简略归纳如下几个方面。

一、疏通经络

经络是人体气血运行的道路,“内属于脏腑,外络于肢节”,具有“行气血而营阴阳,濡筋骨,利关节”之功能,人

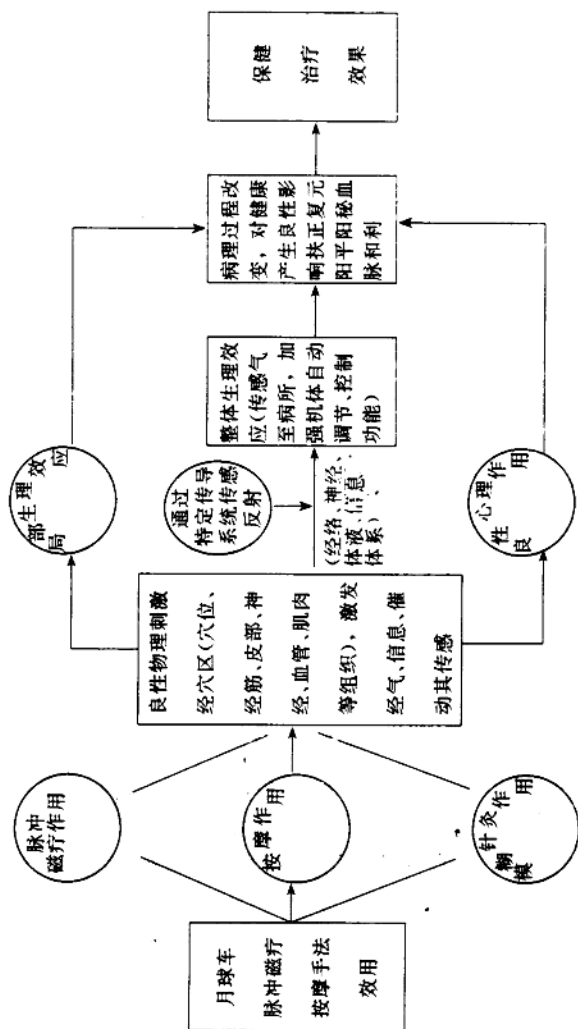


图1~3 月球车健康法作用机理示意图

体就是依赖它来运行气血，发挥着营内卫外的作用，使脏腑之间及其四肢百骸保持平衡，使机体与外界环境协调一致。当经络的生理功能发生障碍，气血失调不能正常地营内卫外，则百病乃由此产生。根据经络理论，皮部是十二经脉在皮肤的分区。它具有局部性和整体性两种作用。皮部对外界的变异具有调节和适应的功能，起着保卫机体，抵抗外邪的作用。由于皮部通过经络沟通和联系脏腑，它们之间互相影响，故疾病可以由表入里，也可以由里出表，故月球车按摩方法作用于体表，能引起局部经络反应，能起到激发和调整经气的作用，并通过经络途径而影响到所连属的脏腑，组织的功能活动，以调节机体的生理、病理状况，达到治疗效果。经络学说认为，脊柱中行为督脉，督脉为阳脉之纲；背部两侧为足太阳膀胱经，五脏六腑的俞穴都在背部。说明这些部位在诊治疾病中的重要性，月球车保健治病常以脊柱两侧为主要部位也就是这一道理

二、促进气血运行

气血是构成人体的基本物质，是脏腑、经络、组织器官进行生理活动的基础，人体全身的一切组织都需要气血的供养和调节才能发挥它的功能。人体一切疾病的发生、发展无不与气血有关。《素问·调经论》中指出：“血气不和，百病乃变化而生”。月球车轮式脉冲磁疗滚压按摩能促进气血的运行是通过以下三个途径：①通过健脾胃之途，来促进气血的生成；②通过加强肝的疏泄功能，促进气机的调畅，加强气的生血、行血、摄血功能；③通过月球车脉冲磁疗滚压的直接作用，推动气血运行。

三、调整脏腑功能

脏腑是化生气血，通调经络，主持人体生命活动的主要器官。脉冲磁疗按摩手法具有调整脏腑功能的作用。如点压脾俞、胃俞穴区能缓解胃肠痉挛，止腹痛；点压至阳穴区能消除心绞痛。且不论是阴虚还是阴盛，阳虚还是阳亢，也不论是虚证或实证，热证或寒证，只要选用相宜手法治疗，均可得到不同程度的适当调整。临床实践表明，按摩手法对机体的不同状态，可起着双相良性调整作用。如滚压按摩足三里穴区能使分泌过多的胃液减少，也可使分泌不足的胃液增多。按摩对脏腑的调节作用是通过手法刺激穴位直接影响脏腑功能，以及经络与脏腑的联系，通过疏通经络来实现的。

四、滑利关节

关节属筋骨范畴，亦需气血的温煦濡养，筋骨损伤，累及气血，致脉络受损，血瘀气滞，为肿为痛，影响肢体活动。月球车脉冲磁疗按摩促进局部气血运行，消肿祛瘀，改善局部营养，促进新陈代谢，从而起到滑利关节的作用。

五、增强人体抗病能力

“邪之所凑，其气必虚”、“正气存内，邪不可干”，这就是说疾病之所以发生和发展，就是因为机体的抗病能力处于相对劣势，邪气乘虚而入；但只要机体有充分的抗病能力，致病因素就不能使机体发病。临床实践证明，滚压按摩身体某些特定经穴区，能增强人体抗病能力，具有扶正祛邪的作用。例如滚压足三里等穴区后能增强人体细胞免疫功能。按摩手法之所以能增强人体抗病能力：一是通过刺激经络，直接激发增强机体的抗病能力；二是通过疏通经络，调和气血，有利于正气发挥其固定的作用；三是通过调整脏腑功能，使机体处于最佳的身心功能状态，有利于调动所有的抗病手段和

积极因素，一致对抗邪气。

从现代医学的角度看，月球车健康法治疗的原理可简略归纳如下几个方面：

一、对神经系统方面

按摩手法可调整大脑皮层的兴奋与抑制过程，头区有节律的滚摩手法有较好的镇静作用，能解除大脑的紧张和疲劳状态。一般来说，急速、沉重刺激手法对神经系统有兴奋作用，缓慢轻柔而有节律的手法反复刺激后对神经系统有镇静、抑制作用。

二、对消化系统方面

按摩足三里、脾俞、胃俞等经穴区可调整胃肠道的蠕动，对胃液分泌机能加强及调整作用，促进腹腔血液循环，从而增强消化和吸收功能；并有促进溃疡修复和愈合作用。其原理是通过月球车滚压，刺激有关的经络穴位区反射地调节了植物神经的功能，使之恢复正常的平衡状态。

三、循环系统方面

月球车按摩手法能使血流速度加快，促进血液流动，降低大循环的阻力，改善微循环，改善脏器功能。故患者常在头、颈区作手法操作后感到神清目爽、精神饱满、疲劳消除；点压至阳穴区常使心绞痛缓解，心电图T波改善。

四、运动系统方面

月球车滚压按摩可改善肌肉的营养代谢，解除肌肉痉挛，促进炎症介质分解，稀释，促进水肿、血肿吸收和局部损伤性炎症的消退。

五、免疫系统方面

经常接受月球车健康法治疗者，其机体抵抗力有明显增

强，其机理是：用力按压经穴区时，组织中产生组胺、类组胺及乙酰胆碱，这些物质的产生，使血管扩张，血流加快。血流量的改善使得携带氧和养料的血红蛋白数量增加，从而加速营养的补给。与此同时，单位时间内白细胞总数比原有总数可提高10%，以及白细胞噬菌力比原有数提高20%。这无疑意味着机体防御能力的提高。

六、内分泌系统方面

按摩脾俞、膈俞、足三里等经穴区能提高部分糖尿病患者的胰岛功能，使血糖降低，尿糖化验转阴。滚揉还可提高慢性胆囊炎患者胆囊的排空，抑制胆道平滑肌痉挛。以月球车磁疗按摩器对实验性总胆管结石症的家兔进行按摩，可使胆汁流量增加，使异常增加的胆道压力和Oddi括约肌张力降低。

七、泌尿系统方面

按压可调节膀胱张力和括约肌功能，故可治疗尿潴留，又可治疗遗尿症。

从脉冲磁疗与磁场对人体的作用方面，月球车保健治疗的原理可归纳以下几个方面。

一、磁疗对人体的作用

磁疗法是在发掘祖国医学遗产与磁针治病的基础上，结合与运用现代科学技术成果而发展起来的一种新方法。它是利用一定强度的外加磁场作用于人体的某些部位以达到治疗疾病的物理疗法，磁疗时，施加于穴位（生物电集中点）或病变部位的外加脉冲磁场，其作用就在于能够连续不断地抵消各种内在或外界因素的干扰，调节人体内的电磁过程，使之重新恢复平衡，从而起到祖国医学所说的“疏通经脉调节