

腳底按摩健康法

中國傳統療法的智慧結晶
有病治病，無病強身，無副作用



著者 ■ 中國健康術研究家五十嵐康彦 /

■ 金邊圖書有限公司

最神奇的病理按摩健康法
最新腳的反射帶刺激療法

腳底按摩健康法

中国台湾國術會會員・桃園八卦掌內功顧問
中華外丹功日本代表・五十嵐康彦 著



金逸圖書有限公司

117557

最神奇的病理按摩健康法
最新腳的反射帶刺激療法

腳底按摩健康法

原 著 ■ 中國健康術研究家五十嵐康彥
譯 者 ■ 林曉鐘 (曾譯著中國氣功健康法)
校 對 ■ 黃 靜 · 朱玉琴 · 潘東輝

出版者 ■ 金逸圖書有限公司
地 址 ■ 台北市古亭區汀州路391號五樓
電 話 ■ (02) 394-2501 (代表號)
郵 撥 ■ 0703333-1 金逸圖書有限公司
發行人 ■ 黃文凱
出版證 ■ 新聞局登記證局版台業字第3492號
印刷者 ■ 三文印書館有限公司
地 址 ■ 台北市西園路二段279號之2
電 話 ■ 3017762 · 3014176

初 版 ■ 一九八四年十二月十日
三 版 ■ 一九八五年六月十日
定 價 ■ 150元 著作權所有，版權所有，翻印必究

腳底按摩健康法

中國傳統療法的智慧結晶，有病治病，無病強身，絕無西醫副作用。腳部有人體各個器官的反射帶，人體若有疾病，可由反射帶反射出來；反射帶的位置與人體器官的位置，有一種連貫的關係，按摩反射帶，便能產生很強刺激作用，促進血液循環，而達到治病的效果。



最神奇的病理按摩健康法
最新腳的反射帶刺激療法

腳底按摩健康法

中国台湾國術會會員・桃園八掛掌內功顧問
中華外丹功日本代表・五十嵐康彦 著



金逸圖書有限公司

1175591

自序

筆者曾在一九六五年時，罹患嚴重的腎臟病和梅尼艾氏病，病魔纏身，令我苦不堪言；幾次延請西醫診治，均束手無策，無法治癒。後來聽從友人指導，於病中苦練瑜珈術，病情稍有起色，又風聞東京工業大學的平澤彌一郎教授所提倡的「腳底反射帶刺激療法」具有驚人的療效，便每天持之以恆地按摩腳底的反射帶，雖然按摩時所產生的疼痛感，令我感到畏懼，但我始終秉持著「愈痛愈有療效」的信念，繼續不斷地做刺激，最後我的身體終於恢復了健康。

「腳底反射帶治療法」類似於中國的民間療法——指壓。其實，在中國最古老的「黃帝內經」一書中，就記載著：「治病原理是上軀病在下軀。」與按摩腳底的反射帶的道理相同，所以中國傳統的醫學實在是經驗與智慧的結晶，不容忽視。

腳部有人體各個器官的反射帶，人體若有疾病，可由反射帶反射出來；反射帶的位置與人體器官的位置，有一種連貫的關係，按摩反射帶，便能產生很強的刺激作用，促進血液循環，而達

到治病的效果。

懷著感恩的心情，筆者常為患有頑疾的病者做腳底按摩，許多患者經過筆者的治療，所患之疾都不藥而癒，他們並對腳底按摩法的療效感到驚喜萬分。筆者又將臨牀經驗和個人體驗寫成本書，詳細介紹「腳底反射帶治療法」，並明示腳底反射帶的部位圖，統其名為「腳底按摩健康法」，俾使讀者能藉著本書，找到理想的健康方法。

目錄

第一章 實例

●何謂「腳底反射帶治療法」？	一五
●使我的頭腦恢復清醒	二三
●書法家的心聲	二五
●使我恢復健康的信心	二七
●使我身心舒暢	三〇
●帶給我愉快的一天	三一
●老毛病不藥而癒	三三
●我不再爲鼻炎所苦	三五

第二章 檢查法與治療法

●我不再流鼻血了·····	三八
●它有不可思議的功效·····	三九
●恢復我的英雄本色·····	四一
●我不再擔心血壓問題·····	四三
●使我的美夢成真·····	四五
●我和他共同的祕密·····	四七
●達成我健康的目標·····	四九
●讓我重拾健康的信心·····	五一
●使我活力充沛·····	五四
●對應反射帶的想法和用具·····	五七
●手指的基本使用法·····	六〇
●能測知身體的異常處·····	六三
●對檢查的結果所應抱持的態度·····	六六
●治療前的注意事項·····	六九

第三章 治療惱人的症狀

●刺激反射帶時的注意事項·····	七二
●治療後的注意事項·····	七五
●可對重點反射帶做刺激·····	七八
●肩膀僵硬症·····	八三
●頸部僵硬症·····	八七
●頭痛、用腦過度·····	九〇
●燒心·····	九五
●打嗝·····	九八
●臉部的灼熱感和腦充血·····	一〇一
●便秘·····	一〇四
●眼睛疲勞·····	一〇八
●耳鳴·····	一一一
●鼻塞·····	一一四
●牙痛·····	一一七

●頭暈

一二〇

第四章 改善不易根治的病症

●假性近視

一二五

●白內障

一二八

●失眠症

一三一

●氣喘

一三四

●扁桃腺發炎

一三七

●慢性胃炎

一四〇

●下痢

一四三

●胃潰瘍

一四六

●神經痛

一四九

●腰痛症候群

一五二

●高血壓症

一五五

●低血壓症

一五八

●肝臟疾病

一六一

第五章 治療婦女病

●腎臟病·····	一六四
●糖尿病·····	一六七
●心臟病·····	一七〇
●脫毛症·····	一七三
●感冒·····	一七六
●排尿不順症·····	一八三
●生理不順·····	一八六
●肥胖症·····	一九〇
●瘦弱症·····	一九五
●寒症·····	一九八
●膀胱炎·····	二〇一
●歇斯底里症·····	二〇四
●更年期障礙·····	二〇七
●皮膚粗糙·····	二一〇

第六章 充實性生活

- 陽萎……………二一五
- 早洩……………二一九
- 中年期精力減退……………二二二
- 冷感症……………二二五
- 增強女性的性慾……………二二八

第七章 母親也能治療的兒童症狀

- 暈車症……………二三五
- 夜尿症……………二三八
- 鼻出血……………二四一
- 咳嗽……………二四四
- 喉嚨發腫……………二四七

第八章 祛除工業社會的後遺症

●自律神經症·····	二五三
●宿醉·····	二五八
●消除疲勞·····	二六一
●使頭腦清晰·····	二六五
●神經衰弱症·····	二六八
●白髮與禿頭症·····	二七一
●不老長壽法·····	二七四

