

4160360



中研 B0010982

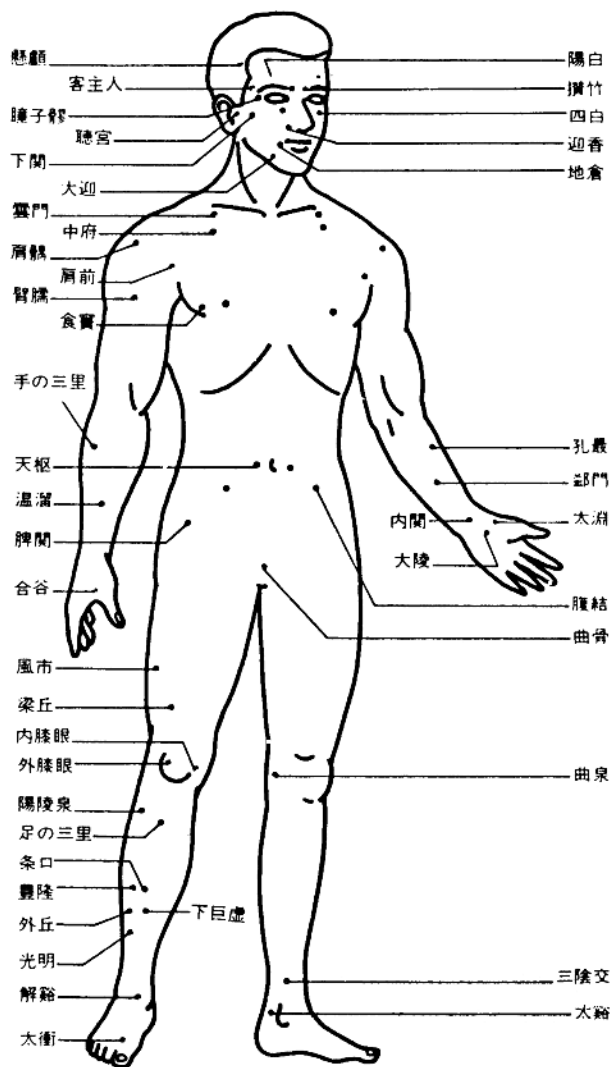
健康叢書 ⑦⑤

低周波穴道療法

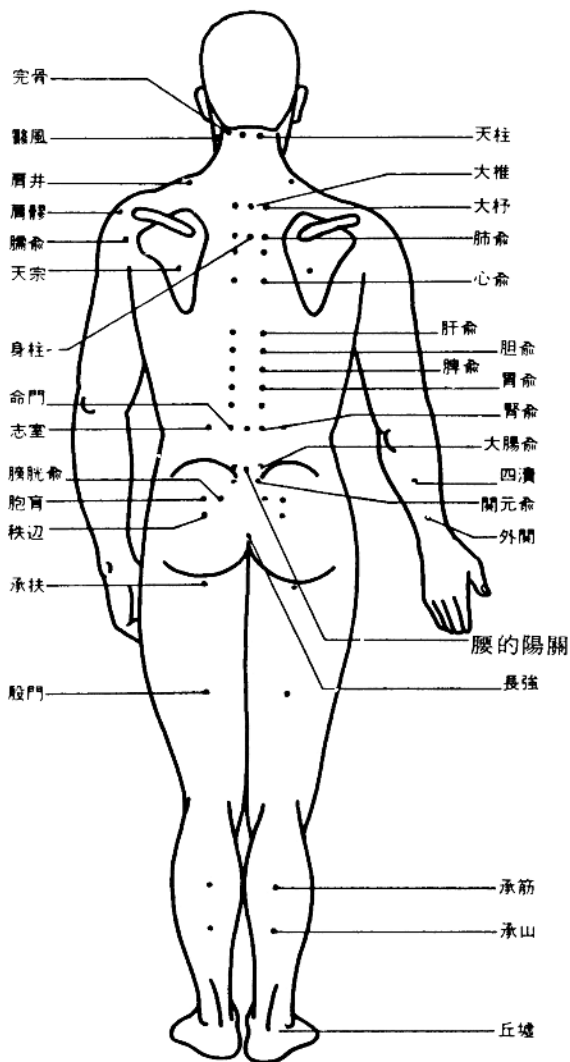


齊藤隆夫 / 著

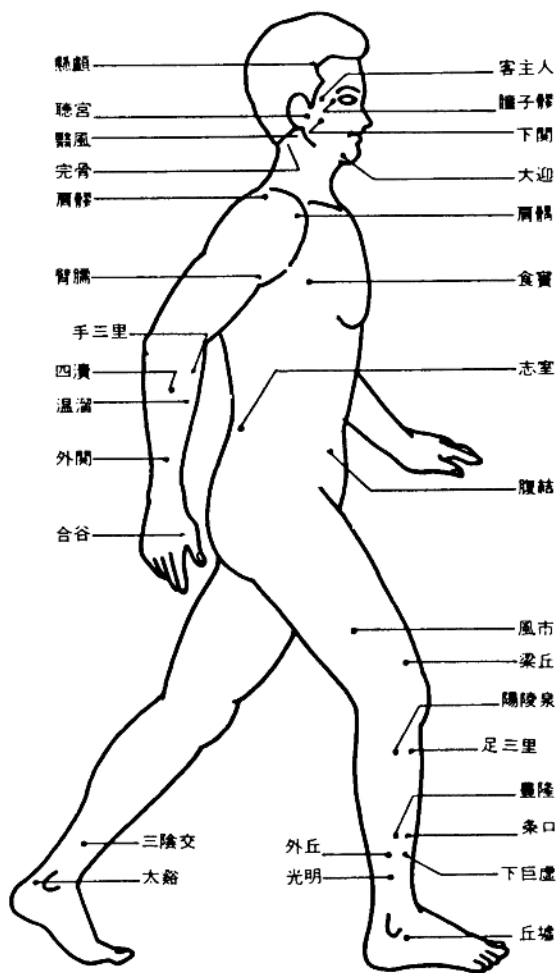
穴道的位置 前面



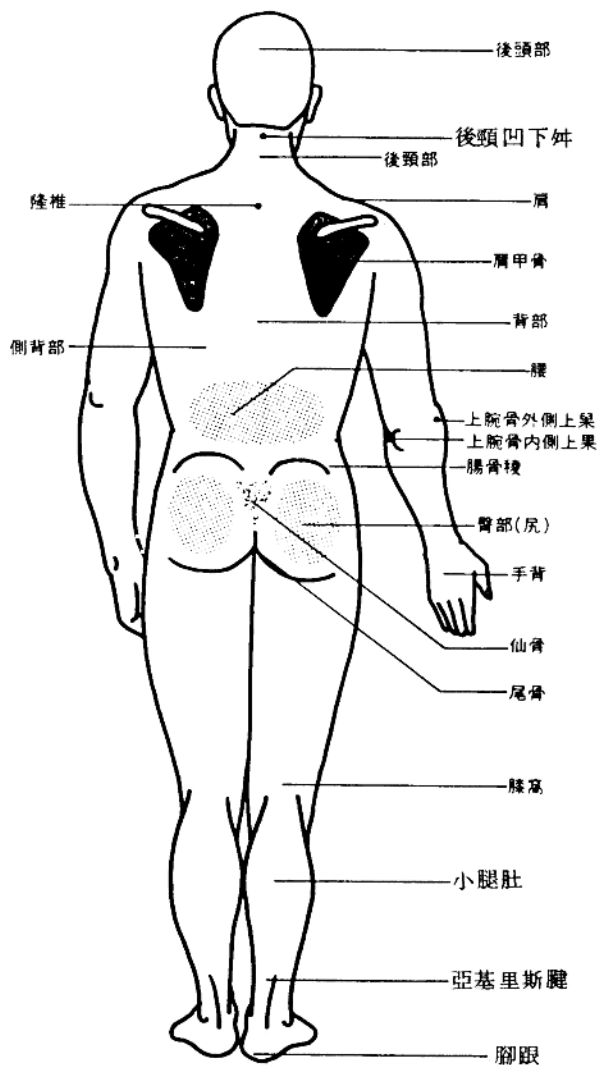
穴道的位置 背面



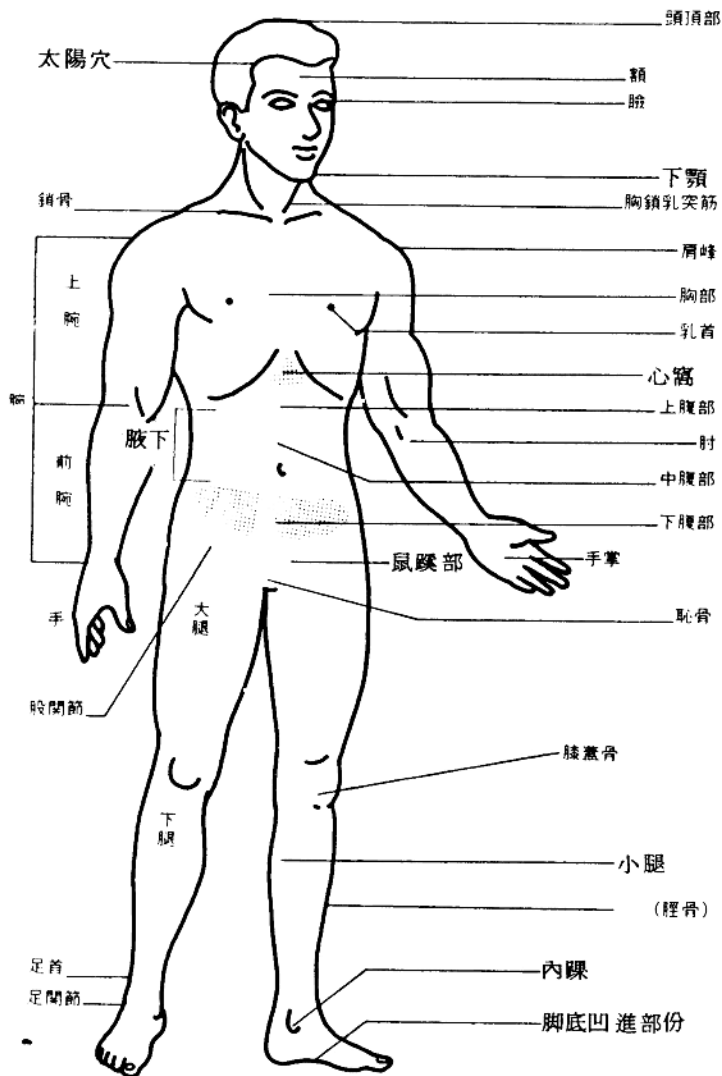
穴道的位置 側面



身體各部位的名稱 背面



身體各部位的名稱 前面



序 言

本書是教導人們如何巧妙地運用家庭用的低周波治療器，使任何人都能自行治療疾病；同時歸納整理為簡便易懂的低周波療法和穴道說明。

低周波治療是被廣泛使用在醫院、國術館、鍼灸院等的電氣療法之一。腰痛和肩膀僵硬時，接受通電感應的電氣治療的人很多，這也就是低周波治療法。醫院和國術館便是使用低周波治療器，來治療疼痛和肌肉僵硬等病症；但是鍼灸院等，却是將低周波電流通到鍼上去，以治療疼痛、肌肉僵硬、胃腸疾患等疾病。

將這種醫院所使用的低周波治療器，加以改造製成一種性能完全一樣、家庭用的小型機種出售。這種家庭用的治療器，主要是使用乾電池，完全沒有高壓電的危險，可以安心使用。（不過，為了避免發生使用不當的情形，故請仔細閱讀本書，相信會有所裨益。）

低周波治療是應用兩個導電體（導子）以行治療，為了達到更好的功效，必須把導電體按在患處的穴道。穴道是呈現身體內部異常的地方，刺激穴道能治療身體異常，這也就是鍼灸刺激穴道的原理。有關東洋醫學的穴道，早已明白記載在中國的秦漢時代所完成的『黃帝內經』中，書

中有「氣穴三百六十五以應一歲」此句話，表示全身有三百六十五個穴道，應用這些穴道可以治百病。但是，之後中國和日本又陸續發現許多新的穴道，且已被應用於實際的醫療行為上。穴道主要是根據古人的經驗而確立，但是現代的醫學也肯定神經和血管、肌肉、內臟等的密切關係，因此，日後可望有更深入、更精密的研究。

人的身體各有不同的特徵，有的人頭較大，有的人腳較長。找穴道的標準，有人以三指寬為代表，但大部份都以穴道大致上的位置標示出，以此為準，尋找周圍呈現反應的地方，大概就可以找到穴道了。

低周波電波的周波數和刺激的強度，應該隨個人的差異調整，做符合自己身體情況的治療，此乃提高效果的重點，也是由自己治療的好處。

現代是一個被稱為半健康、壓力過剩、老人增加的時代，對生活在如此的一個時代的人而言，不僅只是依靠藥物治療，而且由自己簡單治療的低周波治療會逐漸普遍化。因此，利用此書以增進各位的健康，是作者所樂於見到的。

一九九一年五月一日

著者

目 錄

人體的穴道圖.....	二
身體的各部位名稱.....	五
序 言.....	七
第一章 低周波治療和穴道	一七
低周波治療的潮流.....	一八
穴 道.....	二五
第二章 疾病、症狀別及低周波穴道療法	二九
• 呼吸系統的疾病.....	三〇
感冒、喉嚨痛.....	三〇
支氣管氣喘.....	三三

●消化系統疾病.....三六

痔瘡.....三六

胆結石.....三九

慢性胃炎.....四二

便秘.....四五

胃下垂.....四八

●循環系統的疾病.....五一

高血壓症（本態性高血壓症）.....五一

低血壓症（本態性低血壓症）.....五四

●骨與關節、肌肉的疾病.....五七

慢性關節風濕.....五七

半身不遂.....六〇

脖子痛（睡擰了筋）.....六三

肩關節痛.....六六

肩膀僵硬·····	六九
肘痛(網球肘、棒球肘)·····	七二
腰痛·····	七五
脚痛(痛風、脚底痛、脚趾痛)·····	七九
膝蓋痛·····	八三
脚部疲勞·····	八六
小腿抽筋·····	八九
脚踝痛·····	九二
手指痛(腱鞘炎)·····	九五
●腦與神經系統的疾病·····	
本態性三叉神經痛·····	九八
肋間神經痛(胸痛)·····	一〇一
頭肩手症候群·····	一〇四
坐骨神經痛(臀部痛)·····	一〇七
大腿神經痛(大腿痛)·····	一一〇

顏面麻痺	一三三
顏面痙攣	一一六
失眠症	一一八
歇斯底里症	一一〇
神經衰弱	一二三
自律神經失調症	一二六
◆專 欄·足三里	一三一
●眼與耳、鼻的疾病	一三三
眼睛疲勞	一三三
鼻 炎(鼻塞、鼻子過敏)	一三六
梅尼艾病(頭暈、耳鳴)	一三九
●女性的疾病	一四二
月經困難症	一四二
更年期障礙	一四五

●專 欄·中庸……………一四九

●半健康狀態的疾病……………一五一

頭痛……………一五一

壓力反應·疲勞……………一五四

精力減退……………一五七

肥胖……………一六〇

●其他的疾病……………一六三

糖尿病……………一六三

夜尿症……………一六六

慢性膀胱炎(頻尿)……………一六九

口腔炎……………一七二

蕁麻疹……………一七五

牙 痛……………一七八

手術後創痕痛……………一八〇

◆專欄·OA症候群(辦公室自動化症候群)……………一八一

第三章 十四經絡和穴道……………一八三

肺經184 / 大腸經187 / 胃經190 / 脾經193 / 心經196 / 小腸經199 / 膀胱經202 / 腎經205 / 心包經208
/ 三焦經211 / 胆經214 / 肝經217 / 腎脈220 / 任脈223 /
◆專欄·空巢症候群……………一二六

第四章 簡單易學的健康體操……………一二九

1. 散步、跑步前後的暖身體操……………一三〇

2. 解消壓力的體操……………一三一

3. 適合早晚做的體操……………一三一

4. 治療失眠的體操……………一三三

5. 治療便秘的體操……………一三四

6. 消除胃不舒服的體操……………一三五

7. 減輕膝痛的體操……………一三六

8. 治療五十肩的體操……………一三七

9. 治療肩膀僵硬的體操	二三八
10. 治療腰痛的體操	二三九
11. 消除腳部疲勞的體操	二四〇

4160360



中研 B0010982

健康叢書
⑦⑤

低周波穴道療法



齊藤隆夫 / 著

穴道的位置 前面

