



实用家庭理疗丛书

◎主编 朱平 赖光坤

JIATING SHIYONG LILIAOFA SHOUCE

家庭实用 理疗法手册

●高电位疗法 ● 电解还原水 ● 空气负离子



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS



◎主编 朱平 赖光坤

实用家庭理疗丛书

JIATING SHIYONG LILIAOFA SHOUC

家庭实用 理疗法手册

●高电位疗法 ●电解还原水 ●空气负离子



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北 京

图书在版编目 (CIP) 数据

家庭实用理疗法手册/朱平, 赖光坤编著. —北京: 人民军医出版社, 2015.1

ISBN 978-7-5091-8092-1

I. ①家… II. ①朱…②赖… III. ①理疗学—手册 IV.
①R454-62

中国版本图书馆CIP数据核字 (2014) 第278369号

策划编辑: 焦健姿 文字编辑: 张 群 韩 志 责任审读: 王三荣

出版发行: 人民军医出版社

经销: 新华书店

通信地址: 北京市100036信箱188分箱

邮编: 100036

质量反馈电话: (010) 51927290; (010) 51927283

邮购电话: (010) 51927252

策划编辑电话: (010) 51927271

网址: www.pmmp.com.cn

印、装: 京南印刷厂

开本: 850mm × 1168mm 1/32

印张: 4.375 字数: 114千字

版、印次: 2015年1月第1版第1次印刷

印数: 0001—6000

定价: 15.00元

版权所有 侵权必究

购买本社图书, 凡有缺、倒、脱页者, 本社负责调换

内 容 提 要

SUMMARY

本书重点介绍三种家庭常用的理疗方法——高电位治疗、空气负离子、电解还原水的具体原理及使用方法。通过电、空气和水三个不同角度互补的理疗方法的综合使用，模拟有益健康的生活环境，以达到养生保健效果。本书资料翔实，内容科学，便于理解，适合理疗科医师及普通百姓阅读参考。



前 言

PREFACE

中国的巴马被命名为世界第五个长寿之乡，那里百岁老寿星占人口比例之高居世界五个长寿区之首。据统计，巴马百岁老人81人，百岁率达到了31.5/10万，比国际上认证长寿之乡的7/10万比率高出4倍多。据调查，巴马人的长寿是综合因素造成的，除了当地人良好的饮食习惯、勤劳的工作、良好的心态及长寿基因等因素外，还包括其独特的自然因素，如空气、阳光、水和电磁场等。

鉴于巴马所拥有的独特的养生环境，那么是否可以借鉴这些因素人为地改善环境，以便达到养生的目的呢？

本书目的就是介绍几种家庭常用的理疗方法，如高电位疗法、电解还原水、空气负离子。通过模拟长寿村的一些自然环境，以达到养生的目的。

高电位疗法是自然疗法，它能使所有的细胞得到适当的能量而复生，恢复自然的自愈力，在台湾被誉为现代健康法之王。

空气负离子被誉为“空气中的维他命”“自然界能量”。它能够有效地消除人体的自由基。巴马的空气负离子含量达到1万个/cm³以上，盘阳河沿岸的含量可达到1万~4万个/cm³。而人工的负离子发生器可以达到1亿个/cm³的释放量，令空气清爽宜人，如身临大自

然中。

巴马的水具有几大好处：①它是小分子团的六环水，无有毒有害致癌物质；②它是弱碱性离子水；③它富有对人体有益的矿物质和微量元素；④它的氧化还原电位低。人工制造的碱性电解水同样具有以上特点：符合饮用水标准；不含对人体有害的物质；也是小分子团水，容易进入细胞；也是弱碱性水，能中和体内酸毒；水中含有益元素，如钙、镁、钠等；也是负电位（ $<-250\text{mV}$ ）水，能有效清除自由基；还是一种含氧量适中的水，可以促进体内各种代谢等。

以上高电位疗法、电解还原水、空气负离子三种疗法从电、水和空气三个不同角度综合使用，可以起到互补作用，加强了养生保健效果。本书从科普的角度出发，介绍以上几种家庭常用的物理疗法，希望更多的读者能从中受益。

由于编著者的水平所限，本书存在的不足之处，恳请读者批评指正。

编 者

目 录

CONTENTS



第一章 高电位疗法

第一节 概 述.....	3
一、什么叫高电位疗法	3
二、高电位的发展史	3
三、自然电场与人类健康	5
第二节 高电位疗法的基本原理.....	12
一、高电位治疗的原理	12
二、高电位静电场的物理特性	13
三、高电位治疗的作用机制	17
四、高电位电子笔刺激穴位疗法	23
第三节 电位疗法养生抗衰老.....	55
一、高电位治疗的特点	55
二、高电位治疗的优越性	57
三、高电位疗法的五大作用	60
四、高电位对各系统的作用和临床应用	69
五、高电位疗法的适应证和禁忌证	74

第二章 电解还原水

一、水是生命之源：有宇宙血液和生命源泉之称	79
二、对健康好的水与对健康不好的水	80
三、世界饮用水的概况	81
四、奇迹水的启示	83
五、电解还原水的发展概况	84
六、什么是电解还原水和其电解原理	86
七、电解还原水的优点	88
八、电解还原水的生理作用	93
九、电解水还原水的保健，防治疾病方面作用	99
十、饮用电解还原水注意事项	103
十一、电解氧化水的功用	105

第三章 空气负离子

一、什么叫空气负离子	109
二、负离子治疗的发展史	111
三、作用途径	113
四、空气负离子对人体的生理作用	113
五、空气负离子的优点	118
六、负离子对人体各系统的作用	119
七、负离子和人体健康的关系	126
八、临床适用人群	128
九、负离子治疗时注意事项	130
十、高效负离子健康仪的产品介绍	130

第一章

高电位疗法



第一节 概 述

一、什么叫高电位疗法

根据静电场与生物体离子之间的关系，利用高压交变电场以调节人体血液酸碱平衡，改善自主神经功能，提高免疫力等，对人体进行预防和治疗疾病的方法，就称为高电位疗法，或称富兰克林电疗法。

在日本，把这种疗法称为交流高压电界疗法，简称H疗法，就是通过类似自然界的电场来影响人体的生理功能（尤其是神经系统和代谢系统的功能），以达到治疗目的的一种疗法。

日本学者中喜雄等人认为：生物体内有能量和信息两大系统。能量系统包括肌肉、血液、呼吸、消化等，而信息系统则包括神经和内分泌系统等，信息系统控制并作用于能量系统，能达到同样的生物效应。而电位疗法，国内学者认为属于信息系统，这种信息作用于自我控制系统，调节机体的各项功能以达到治病的目的。

高电位疗法，就是直接间接利用高压的电能作用于人体，调节体内的离子平衡，而达到治疗效果的疗法。

高电位疗法是重要的自然疗法的一种，它能使人体所有的细胞复苏，恢复细胞的生命力，恢复患者的自然治愈力。

二、高电位的发展史

从中世纪开始到纪元前古希腊时代，就知道用布摩擦琥珀产生静电，衣服摩擦垫子后再靠近垫子，头发就会吸附到垫子上，17世纪英国科学家基尔巴特，就将电称为“electricity”，这个拉

丁文为“electrum”，即琥珀的意思。

在2000多年前，希腊人即开始用有电的鱼来治疗痔和痛风，这些鱼就是南美亚马逊河的电鳗和产于非洲的电鲇，或地中海较多见的电鲰，这些鱼会瞬间产生数百伏的电，利用这电作用于人体，用于舒缓痛风等患者的疼痛，所以远在古希腊时代即开始用最原生态的静电来治疗疾病。

17世纪，利用静电的机器来治疗疾病。1600年德国物理学家欧特·芳·格利凯生产出第一台用摩擦生电的机器。

1752年，富兰克林在雷电交加中，通过放飞的一种绢制风筝，将雷电收集到一个特制的莱顿瓶中，并证明雷就是电，而且发明了避雷针，同时用这次收集到的电治疗自己的痛风病，他认为：地球和宇宙间存在着一种没有电流的高电压的特殊环境——自然界的静电场，之后，他改装了德国制造的摩擦电机，将人置于此电场内，用以治疗风湿病、神经痛等疾病，收到很好的疗效。

富兰克林不但是一个杰出的科学家，而且还是美国独立运动的领导者、民主精神的缔造者、《独立宣言》的起草者，是举世公认的现代文明之父，美国人的象征。

在以后的200年中，欧美和日本等发达国家通过微分子生物学、宇宙医学、电子学紧密结合，以人体和宇宙电场的关系为基础，从提高身体特有的生理电位来改善人体体质的理论为出发点，研发出一系列的高科技的静电产品。

1864年，霍乐兹·托普拉发明感应电机之后，杰姆百斯特将之改造成原始的静电机，治疗时将人体和大地绝缘，将感应电输出端接于患者局部或全身，从而产生负荷，而达到治疗目的。

1928年日本原敏之看到德国杂志发表了长期生活在高压线下的人发病率低，农作物生长旺盛的报道，从而研发了治疗结核的高压静电治疗仪，并在九州大学杂志发表“结核与物理治疗”的论文。

1968年日本厚生省（卫生部）批准作为家庭用医疗器械来使用，主治头痛、肩膀痛、慢性便秘、失眠症等。

在第二次世界大战期间，日本发现人体功能每11.7年就会受到太阳黑子活动有极大的影响，因而注意到宇宙电磁环境的改变会对人体血清蛋白造成微妙的影响，特别是 γ -球蛋白活化，可以提高人体免疫力。

伊藤博士认识到高电静电场可以调节人体的自主神经（尤其副交感神经）的作用，有助于治疗由于压力引起的各种疾病。

1936年（日本早稻田大学）研发出负高压静电治疗仪。

在中国台湾、韩国和日本一样，高电位治疗得以普及到千千万万个家庭，在台湾被誉为“现代健康法之王”。

静电疗法是既古老又现代的电疗法，在18世纪中叶到20世纪初，曾一度在欧美国家盛行，随后由于机器设备极为笨重，使用条件限制多，如防潮、防尘、防日晒等，应用起来很不方便，且由于工业的发达，各种新的电子医疗产品相继出现，又轻便，又有效果，而使高压静电疗法治疗范围逐渐缩小，一度几乎被淘汰，但柳暗花明又一村，高压静电治疗，由于电子管、半导体出现，使高压静电治疗体积由大变小，简便、易于操作。更重要的是它的一些特殊治疗作用是其他方法无法取代的，所以这种疗法“死而复生”，而且受到医生和患者的欢迎！我国在20世纪50年代从苏联引进A ϕ 系列静电治疗机在医院使用，但没有普及，到了20世纪80—90年代，改革开放我国从日本、韩国又引进了高电位治疗仪，很受医院欢迎！从此以后国内自行研发生产各种高电位治疗仪，从高压、低压到负压，质量、品质均不落后于其他先进国家，而且小巧、灵便，这一古老的治疗方法又开出了新花，并且从医院的殿堂，走进千千万万个家庭，为百姓造福！

三、自然电场与人类健康

（一）生命起源与雷电有关

生命如何起源，有各种各样的学说。但其中有一个学说认为

自然界的电现象与生命的存在有密切关系，地球在45亿年前，随着太阳系诞生，又经过数亿年，地球表面开始形成硬地壳，出现海洋，围绕地球的大气层主要是甲烷、氮、氢、二氧化碳和水蒸气，它们在太阳强烈的紫外线、放射线、雷电和火山爆发时产生的大量热的作用下，反复出现化学反应（包括光化学反应和热化学反应），使一些简单的无机化合物形成原始的有机化合物，如碳氢化合物。直到30亿年前，大海中才形成复杂的有机化合物，即氨基酸物质，复合形成蛋白质，构成细胞，而氨基酸的最初合成是在雷电打击下在海面促进的聚合反应，这样，原始的生命诞生了。所以说生命的起源和高压静电有关系（图1-1）。

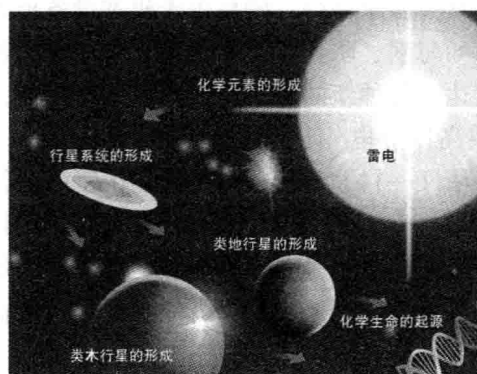


图1-1 电与生命

（二）大气中弥漫着电场

从天空到地面是一个充满电子、离子和静电场的世界，这个神秘的世界是人类长期生存和依赖的空间。

众所周知，地球和大气层之间存在一个巨大的静电场，人类各种生理和病理现象均和这静电场密切相关，其中电离层到地面的电压高达360kV，地面附近电场强度约为130V/m，电场方向垂直指向地面，它使人体头、足之间呈现100~200V的电位差，空气中

的电荷通过人体流向大地（图1-2）。

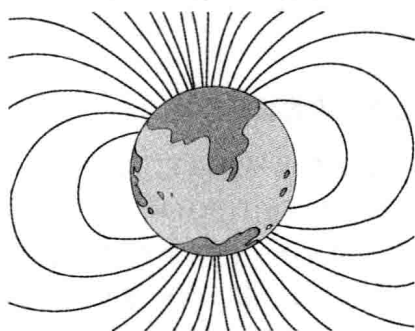


图1-2 地球周围的磁场

大气中的电场，就是大气中电气的电位，电流就是由于有电位差（与电压是同样的意思），它就从高电位处向电位低处流动，而大气中的电场则只有电压而没有电流流动的一种特殊电，我们称之为静电。

大气中的静电场是容易变化的，这种变化随着电压的高低或电位高低而表现出来，当静电场的变化超过正常范围时，则对人体产生不良影响，如出现感冒、气喘、偏头痛、关节痛、神经痛等症状。

静电可分为正、负两性，当湿度高，天气条件恶劣时，人们就会产生焦虑、烦闷等不舒服的感觉，这是因为大气中的正静电压增高之故。当晴朗的天气时，人们会感到神气清爽，这是因为大气中负静电压的加强有关。

大气中的静电和空气中的离子有密切关系，当大气中的正静电压较强时，则空气中的正离子就比负离子要多。当大气中的负静电压较强时，负离子的数目就比较多，什么是离子呢？就是“带电状态的原子或原子团”，也就是带电的小微粒，这小微粒很小，直径只有1/1000万微米，这种微粒即使在显微镜下也无法观

察到，但是对人体的影响却是很大的。

正离子过多时对人体健康不利，负离子则正相反，是我们人体不可缺少的要素。

（三）地球生态环境的破坏严重

人类的智慧，使文明世界得以充分的展现，但也产生一些后遗症，破坏了人类赖以生存的自然环境。

汽车、工业的高速发展，使整个地球均笼罩在污染的空气之中，PM2.5的雾霾天气日益增多，由地球散发到宇宙的热被凝聚，地球的温度日趋增高，结果造成呼吸道疾病和癌症日益增多。

地球的大气层受到破坏，可防有害紫外线的臭氧层变稀薄，结果造成人类皮肤癌的病例不断增加，江、湖、海、河水质严重污染，森林、草地面积锐减，水土流失，耕地减少，大量电器的使用，微波炉、手机、电话、电视大量普及，也造成严重的电磁辐射，人们长期生活在钢筋水泥的大厦中，与自然界完全隔离，城市道路大量增多，每日吃的食品中大量加入防腐剂，食用的家畜被喂养抗生素物质……使人类赖以生存的自然电场受到严重破坏，负离子产生匮乏。

另外，人类不健康的生活方式，人们放弃了走路，处处是汽车代步，饮食过度，烟酒无度，疲劳过度，生活节律失调更造成人体的放电系统产生电流功能障碍，进一步加重了负离子的不足。

日本北海道大学公共卫生教研室让兔子在屏蔽状态下进行实验研究，证明可以产生：①免疫功能减退；②自主神经功能紊乱；③发育不良；④出现贫血倾向；⑤容易疲劳；⑥伤口复原较慢。

德国的亚尔特曼博士对人进行观察，证明长期工作在钢筋水泥屏蔽的大厦中确实影响健康。

德国医学家休尔兹调查大气电场的电压变化，对体会造成极大的影响，大气中静电场的变化超出正常范围时，就会出现气

喘、头痛、神经痛等症状以及患心脏病、风湿病的人急速增多，就会得慢性病。

这是由于大气电场的变化，使人体产生的电平衡受到破坏，引起部分电的异常蓄积，过剩的电会使体内的氧或血液循环紊乱，使肌肉中的代谢产物增加，而产生肩膀酸痛、腰痛等全身症状。

以上情况均说明人类必须在适当的电场下生存，才能预防和治疗疾病。

在地球的大气中，通常有数十至数千的空气离子/cm³，其数量及正负离子的比例常因地理环境、地质状况、城乡分布以及气象、季节等条件而有很大差异。高山、山谷正离子较多，海滨、森林地带负离子较多，城市空气离子数远少于郊区和农村，空气污染的环境中负离子可少至1~2个/cm³，一般说，同一地区离子数在晴天时比阴雨天多，早晨比下午多，夏季比冬季多，雷雨过后大气中的负离子显著增多。

人们很早就发现靠近海边、瀑布、森林地区的居民中健康长寿者比较多，所以大批的“候鸟人”定期到这些空气清新的乡村、森林和海边进行生活。使不健康的身体逐渐得以恢复，使人们充分享受大自然的恩赐，是最有效的健康疗法。

但是人们能不能不当“候鸟人”，而能享受到和大自然一样的电磁场环境呢？而且比大自然更为稳定的电场呢？而现代的工业水平完全可以以人工方式制造出一个稳定电场的治疗仪，用以人体的保健，治疗起到良好的作用，可以促进人体物质代谢，改善血液循环和自主神经的功能，达到辅助治疗高血压、神经衰弱、失眠、支气管哮喘等疾病。

（四）人体内的电

人类是大自然的一部分，深受自然界电的影响，人类和一切生物均适应了这个环境，如果生活现代化使人脱离了负电荷，在人体内积累了过多的正电荷，就会威胁生命。实际上，人体内存有大量