

目 录

第一章 气功概说	(1)
一、历史上的气功	(1)
二、气功治病作用的中医学理论	(3)
三、现代医学对气功生理作用的认识	(9)
第二章 气功疗法的特点、练功要领和注意事项	(14)
一、气功疗法的特点	(14)
二、练功要领	(16)
三、练功注意事项	(18)
第三章 气功基本方法	(21)
一、内养功	(21)
二、强壮功	(25)
三、保健功	(28)
四、行步功	(34)
五、虚静功	(40)
六、太极内功	(40)
七、放松功	(43)
八、诱导法	(45)
九、九次呼吸法和丹田注气法	(46)
十、意气功	(48)
第四章 常见疾病的气功疗法	(50)
一、心血管系统疾病	(50)

(一) 冠心病	(50)
(二) 高血压病	(52)
(三) 原发性低血压病	(53)
(四) 慢性风湿性心脏瓣膜病	(53)
(五) 心肌病	(54)
(六) 肢端动脉痉挛症(雷诺氏症)	(54)
(七) 血管闭塞性脉管炎	(55)
(八) 风湿症	(56)
二、神经系统疾病	(56)
(一) 神经衰弱	(56)
(二) 瘧病	(57)
(三) 胃肠神经官能症	(58)
(四) 末梢神经炎	(58)
(五) 植物神经功能紊乱	(59)
(六) 中风后遗症	(59)
(七) 神经性耳聋	(60)
(八) 脑动脉硬化	(60)
(九) 紧张性头痛	(61)
三、呼吸系统疾病	(62)
(一) 肺结核	(62)
(二) 慢性支气管炎	(62)
(三) 支气管扩张症	(62)
(四) 矽肺	(63)
(五) 支气管哮喘	(63)
四、血液系统疾病	(64)
(一) 缺铁性贫血	(64)

(二) 营养性巨红细胞性贫血·····	(64)
(三) 再生障碍性贫血·····	(65)
五、泌尿、生殖、内分泌系统疾病·····	(65)
(一) 肾结核·····	(65)
(二) 遗精·····	(66)
(三) 甲状腺机能亢进·····	(66)
(四) 糖尿病·····	(67)
六、消化系统疾病·····	(67)
(一) 溃疡病·····	(67)
(二) 胃下垂·····	(68)
(三) 慢性胃炎·····	(69)
(四) 习惯性便秘·····	(70)
(五) 慢性肠炎·····	(70)
(六) 慢性阑尾炎·····	(71)
(七) 消化不良·····	(72)
(八) 急性肝炎·····	(72)
(九) 慢性肝炎·····	(73)
(十) 肝硬化·····	(74)
(十一) 慢性胆囊炎·····	(74)
七、妇科疾病·····	(75)
(一) 盆腔炎·····	(75)
(二) 功能性子宫出血·····	(76)
(三) 痛经·····	(76)
(四) 子宫脱垂·····	(77)
(五) 妊娠中毒症·····	(77)
八、五官科疾病·····	(78)

查看完整版

付费下载



【百万古籍库】

<https://www.fozhu920.com/list/>

【易】【医】【道】【武】【文】【奇】【画】【书】

1000000+ 高清古书籍

打包下载





【风水】风水命理资料合集_9500 本

阴宅阳宅、风水堪舆、八字命理、手相面相、符咒卦象、奇门遁甲、紫微斗数.....



【中医】中华传统医学资料大全_15000 本

针灸、推拿、正骨术、汉医、苗医、民间秘方偏方、药洒药方、祖传医术、珍本...



【道术】道家法术\茅山术\符咒术\气术_3000 套

修真秘籍、丹道、道家秘术、胎息功、内丹术、茅山法术、道家符咒、巫术、...



【武术】传统武术与现代搏击术_6200 册

少林、武当、太极拳、形意拳、八极拳、咏春拳、气功、散打、格斗、拳击、...



【集藏】经史子集库_13300 卷

【经史子集】楚辞、汉赋、诗集、词集、宝卷、正史、编年、别史、纪事本末、地理志...



【国画】传世名画 _ 6100 卷

唐、金、辽、宋、元、明、清 800 多位画家近 6000 多幅传世...



【县志】方志\地方县志\乡志\地理志_8100 册

府志、区志、乡志、地理志..... 此合集为全国范围地方县志\府志古籍影印电子版，...



【国学】中华古籍库—32 万册古籍书

32 万册《中华古籍库》【32 万册影印古籍 + 20 多亿字，带检索器和阅读工具】包括各地方志、日本内...

【更多】 >> <https://www.fozhu920.com/list/>