

33X177/01
目 錄

第一节 概論	1
一、內养功疗法的一般注意事項	1
二、病例的选擇及适应症	1
三、治疗前的准备和病人的应注意事項	3
第二节 內养功的操作方法	4
一、松弛	5
二、姿势	5
三、默念字句	7
四、呼吸法	7
五、意守法	8
第三节 內养功疗法的指导	9
一、教功	9
二、操作方法的具体指导	10
三、思想集中及入靜的指导	12
四、关于姿势、疗程等方面的指导	14
五、对已出院病人的观察与指导	15
第四节 临床检查	16
一、一般检查	16
二、练功检查	16
第五节 練功中发生问题的处理	18
第六节 內养功疗法的配合治疗	22
一、藥物疗法	23
二、針刺、推拿疗法	23
三、体育疗法	23
四、自我按摩法	23
第七节 飲食营养及文娱活动	29
一、飲食营养	29
二、文娱活动	30
第八节 从临床上观察內养功治疗过程中的生理变化	31

40254

第一節 概 論

一、內養功療法的一般注意事項

根据临床体会，內養功療法必須在保护性医疗制度基础上施行。所以对于病室环境的選擇、室内的陈設、工作人员的服务态度等，均需縝密考虑。尤其病室不宜过大，以免人多互相騷扰，最好能将病室分散，以坐北向南为宜，因为正房便于采光換气，合乎卫生要求。

如果条件許可时，当然有必要考虑附建室內外医疗体育活动場所，以供病人練習拳术及进行有关的体育活动。至于田园花圃，如不为条件所限，亦应建立，以便病人在練功之余，可以适当地参加一些劳动。

坐功用无靠背小方凳，以高 1.35 尺，凳面 1.15×0.9 尺为宜。如果能在凳腿上接装調节螺旋更好，便于不同身长的病人使用时，随坐高进行調节。

二、病例的选擇及适应症

(一) 病例的选擇：

1. 一般的病例疾病种类，应以适合內養功療法而能确实有效的病种为对象；特殊病例的疾病种类，又应选擇以适于研究性的病人为佳。

2. 疾病的种类虽适于內養功治疗，而疾病的病情实况亦必須适于用气功療法。如潰瘍病已发展到出血或穿孔的程度，就不适于用內養功療法；輕症神經精神病或神經官能症可以用內養功治療，而重症精神病則不宜用內養功治療。

3. 性情沉着好靜不好动的病人，用內養功療法效果比較

好；反之神經类型的极端型——过度兴奋型的病人，收效則較困难。

4. 自愿接受內养功法，密切与医务人员合作的病人收效較大，尤其在治疗过程中有坚强的信心、决心、耐心、恒心，并且听从医生指导，苦修苦练的病人收效最大。

(二) 适应症：內养功法，因为主要是由病人自己鍛煉，集中思想，調整呼吸，使病人的整体机能加强，所以是一个良好的整体自我疗法。从高級神經活动学說的机体完整与統一性的观点来看，这种整体自我疗法的治疗病类，应当是极其广泛的，除了急性傳染病或某一些疾病的急性发作期外，对一些慢性疾病都会有一定的效果。但由于气功疗法推广的时间不长，对理論上的研究还不够，因而在目前确定內养功疗法的适应症还比較困难。茲将各地实施內养功治疗的病症，綜述如下，以供参考。

1. 消化系統的疾病：潰瘍病(胃及十二指腸潰瘍)、胃下垂、胃擴張、慢性胃炎、慢性腸炎、慢性肝炎、早期肝硬化、消化不良、习惯性便秘、幽門狹窄、胃次全切除术后傾瀉症及术后症候群。

2. 呼吸系統的疾病：肺結核、矽肺、矽肺結核、慢性气管炎、慢性扁桃腺炎。

3. 循环系統的疾病：官能性心脏病、高血压病、低血压病。

4. 神經系統的疾病：神經衰弱、多发性神經炎、神經痛、腦膜炎后遺肢体麻痺症。

5. 血液系統的疾病：营养不良性貧血、再生不良性貧血。

6. 妇科疾病：月經不調、痛經、子宮頸糜爛。

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/>