

УДК 615.89

ББК 53.59

Л 83

Лузина Чжу-Лили, Лузина К.Э.

Л 83 Традиционная китайская медицина. — М.: БИНОМ, 2016. — 496 с.: илл.

ISBN 978-5-9518-0689-5

Представлены основные сведения по китайской медицине с учетом новейших медицинских данных и классических трудов не только китайских, но и европейских специалистов. VI разделе руководства подробно и системно описаны основные методы диагностики, применяемые в китайской медицине, особенно такие уникальные, как лечебное питание, Гуаша, лечебное прижигание, пупочные аппликации, терапия иглами в виде цветка сливы, гимнастика Цигун и др.

Во II разделе руководства представлен богатый клинический опыт китайских и российских специалистов по лечению заболеваний щитовидной железы, кожи и желчевыводящей системы.

Руководство может быть полезным как для начинающих изучать китайскую медицину, так и для специалистов, работающих в этой области.

УДК 615.89

ББК 53.59

Luzina Chu-Lili, Luzina K.E.

L 83 Traditional Chinese medicine. — Moscow: BINOM, 2016. — 496 pages: ill.

ISBN 978-5-9518-0689-5

This manual gives general information on Chinese Medicine in terms of the latest medical data and classical works of not only Chinese, but also of European specialists. Section 1 of the manual describes in detail and consistently basic Chinese diagnostic methods, particularly unique ones, such as dietotherapy, therapeutic cauterization, umbilical applications, Chi Quong gymnastics, etc.

Section 2 presents the rich clinical experience of Chinese and Russian specialists in treating thyroid, skin, and biliary system diseases.

The manual may be useful for those who begin to study Chinese Medicine and for those who are engaged in this field.

При подготовке книги использованы материалы издательства McGraw-Hill, США

ISBN 978-5-9518-0689-5

© Издательство «Бином», оформление, 2016

© Лузина Чжу-Лили, Лузина К.Э., текст, 2016

Подписано в печать 14.06.2016. Бумага офсетная. Печать офсетная

Объем 31 печ.л. Тираж 2000 экз. Заказ М-1530.

Отпечатано в типографии филиала
АО «ТАТМЕДИА» «ПИК «Идел-Пресс».
420066, г. Казань, ул. Декабристов, 2.

При участии ООО «Столица-Принт».

Все права защищены. Ни одна часть этого издания не может быть занесена в память компьютера, либо воспроизведена любым способом. без предварительного письменного разрешения издателя.

ОГЛАВЛЕНИЕ

Об авторах.....	9
Предисловие.....	11
Список сокращений.....	14

Раздел I

ТРАДИЦИОННАЯ КИТАЙСКАЯ МЕДИЦИНА

ЧАСТЬ ПЕРВАЯ. ЛЕЧЕБНОЕ ПИТАНИЕ

ГЛАВА 1. Основы лечебного питания.....	16
1.1. Полезные свойства продуктов.....	18
1.2. Приготовление лечебных блюд.....	24
1.3. Особенности лечебных блюд.....	26
1.4. Научность и принципы лечебного питания.....	27
1.5. Меню китайской здоровой пищи.....	31
1.5.1. Холодные блюда (200 гр).....	31
1.5.2. Супы (200 мл).....	36
1.5.3. Горячие блюда (200 гр).....	39
1.6. Социально-биологические проблемы.....	51
1.7. История и классификация традиционной китайской кухни. .53	
1.8. Методология традиционной китайской нутрициологии.....	55
1.8.1. Янь <i>я Янь</i> повседневном питании.....	55
1.8.2. Конституциональные типы людей и питание.....	59
1.9. Основные принципы лечебного питания.....	64
1.10. Рецепты лечебных блюд и напитков.....	71
1.10.1. Для разрешения поверхностного синдрома.....	71
1.10.2. Для удаления флегмы, при кашле и одышке.....	73
1.10.3. Для увлажнения кишечника и стимуляции стула. . .85	
1.10.4. Для нормализации функций печени и желчного пузыря . .87	
1.10.5. Для оздоровления селезенки и желудка.....	90
1.10.6. Для пополнения.....	98
1.10.7. Тонизирующие <i>Инь</i>	102
1.10.8. Для пополнения Ци и крови.....	104
1.10.9 Блюда для удаления патогенных ветра и влажности... 111	
1.10.10. Укрепляющие сердце и «успокаивающие дух» .. 114	
1.10.11. Для снижения кровяного давления и уровня липидов в крови.....	118

ТРАДИЦИОННАЯ КИТАЙСКАЯ МЕДИЦИНА

1.10.12. Для женщин.....	120
1.10.13. Для детей.....	127
1.10.14. Для общего оздоровления организма и косметических целей.....	132
1.10.15. Для рассасывания опухолей.....	140

ЧАСТЬ ВТОРАЯ. ПРИЖИГАНИЕ

ГЛАВА 2. Лечение прижиганием.....	146
2.1. Механизм действия.....	146
2.2. Материалы, используемые для прижигания.....	155
2.2.1. Полынь и другие материалы.....	156
2.3. Прижигание различными способами.....	158
2.3.1. Прижигание огнем полыни.....	158
2.3.2. Прижигание полынными сигарами.....	165
2.3.3. Метод окуривания полыню и другие горячие методы прижигания.....	166
2.3.4. Прижигание без огня.....	168
2.4. Способы выполнения прижигания.....	169
2.4.1. Принципы, способы выбора акупунктурных точек и положения тела.....	169
2.5. Порядок прижигания, осложнения и их лечение.....	174
2.6. Показания, противопоказания и меры предосторожности .	177
2.7. Клиническое применение.....	179
2.8. Результаты современных исследований.....	188

ЧАСТЬ ТРЕТЬЯ

КИТАЙСКИЙ СКРЕБКОВЫЙ МАССАЖ *ГУАША*

ГЛАВА 3. Терапия скоблением.....	202
3.1. Теоретические основы и принципы лечения.....	203
3.2. <i>Гуаша</i> как метод биологической терапии.....	205
3.3. Механизмы лечебно-профилактического действия <i>Гуаша</i>	206
3.4. Пластинки (скребки) и масла для <i>Гуаша</i>	212
3.5. Общие правила и приемы проведения <i>Гуаша</i>	214
3.6. Основные способы и порядок скобления.....	218
3.7. Предоперационная подготовка и особенности проведения <i>Гуаша</i> по различным зонам ..	220

3.8. Реакции на скобление.....	226
3.9. Вспомогательные способы.....	227
3.10. Возможные осложнения и способы их устранения.....	229
3.11. Косметический массаж <i>Гуаша</i>	229
3.11.1. Косметический <i>Гуаша</i> лица.....	230
3.11.2. Антицеллюлитный <i>Гуаша</i>	232
3.12. Показания, противопоказания и меры предосторожности.....	233
3.13. Клиническое применение.....	238

ЧАСТЬ ЧЕТВЕРТАЯ ПУПОЧНАЯ АППЛИКАЦИЯ

ГЛАВА 4. Теоретические основы и принципы лечения.....	244
4.1. Особенности пупочной аппликации.....	244
4.2. Принципы лечения.....	246
4.3. Методика выполнения.....	251
4.4. Меры предосторожности.....	254
4.5. Клиническое применение.....	255

ЧАСТЬ ПЯТАЯ ТЕРАПИЯ ИГЛАМИ В ВИДЕ ЦВЕТКА СЛИВЫ

ГЛАВА 5. Лечение терапией иглами в виде цветка сливы ...	270
5.1. Истоки и развитие терапии.....	270
5.2. Места на коже, используемые для терапии.....	273
5.3. Теория кожных областей и принципы лечения.....	275
5.4. Правила работы с иглами в виде цветка сливы.....	279
5.5. Манипуляции.....	283
5.6. Способы укрепления, послабления и вспомогательный. ...	285
5.7. Места для лечения системных заболеваний.....	288
5.8. Кровопускание, его принципы, места и точки для кровопускания.....	290
5.9. Способы выполнения манипуляций.....	293
5.10. Показания, противопоказания и меры предосторожности.....	297
5.11. Клиническое применение.....	300

ЧАСТЬ ШЕСТАЯ. ЦИГУН

ГЛАВА 6. Основные методы.....	302
6.1. Общие положения и метод внутреннего дыхания.....	302
6.2. Метод релаксации и покоя.....	313
6.3. Метод сосредоточения на одном.....	314
6.4. Метод лечения «Сидеть в созерцательной позе Инь-ши-цзы».....	316
6.5. Метод лечения по «малому циклу Ци».....	319
6.6. Лечение 5 плотных органов с помощью Дао-инь.....	321
6.7. Метод закрепления спермы.....	322
6.8. Метод втягивания ануса.....	324
6.9. Лечение пожилых людей с помощью Дао-инь.....	325
6.10. Физические упражнения для разных частей тела.....	328
6.11. Метод передачи Ци	333
6.12. Тайцзицюань.....	334
6.13. Восемь кусков парчи.....	351
6.13.1. Внутренние упражнения Шаолинь.....	367
6.14. Канон укрепления мышц.....	371

Раздел II ЕДИНЕНИЕ КИТАЙСКОЙ И ЕВРОПЕЙСКОЙ МЕДИЦИНЫ

ЧАСТЬ СЕДЬМАЯ. АКУПУНКТУРА В ЛЕЧЕНИИ НЕКОТОРЫХ БОЛЕЗНЕЙ КОЖИ

ГЛАВА 7. Общие принципы диагностики и лечения болезней кожи.....	382
7.1. Экзема (Eczema).....	389
7.2. Нейродермит (Neurodermitis).....	392
7.3. Псориаз (чешуйчатый лишай, Psoriasis).....	396
7.4. Гнездная плешивость (Alopecia areata).....	399
7.5. Приложения.....	402

ЧАСТЬ ВОСЬМАЯ.
КОМПЛЕКСНАЯ РЕФЛЕКСОТЕРАПИЯ В ЛЕЧЕНИИ
ЗАБОЛЕВАНИЙ ЩИТОВИДНОЙ ЖЕЛЕЗЫ

ГЛАВА 8. Заболевания щитовидной железы.....	406
8.1. Дискуссионные вопросы классификации заболеваний щитовидной железы.....	408
8.2. Патогенез аутоиммунных заболеваний щитовидной железы.....	414
8.3. Патогенетическое обоснование использования рефлексотерапии.....	419
8.4. Опыт использования рефлексотерапии при дисфункциях и заболеваниях щитовидной железы . .	425
8.5. Комплексная патогенетическая рефлексотерапия.....	432
8.6. Клиническая эффективность.....	440
8.7. Принципы отбора больных на рефлексотерапию. Показания и противопоказания.....	445

ЧАСТЬ ДЕВЯТАЯ.
РАЗРАБОТКА И НАУЧНОЕ ОБОСНОВАНИЕ
ХРОНОРЕФЛЕКСОТЕРАПИИ ДИСФУНКЦИЙ
БИЛИАРНОГО ТРАКТА

ГЛАВА 9. Коррекция биоритмов как метод восстановительной медицины.....	451
9.1. Краткие сведения о суточных биоритмах организма человека.....	453
9.2. Десинхронозы как основа нарушения функционального состояния организма человека.....	454
9.3. Методы коррекции десинхронозов в восстановительной медицине.....	455
9.4. Дискинезия желчевыводящих путей как проявление десинхроноза и методы его коррекции ...	456
9.5. Роль и место рефлексотерапии в коррекции дискинезии желчевыводящих путей.....	458
9.6. Методы обследования больных при наличии у них дисфункции желчевыводящих путей.....	463

ТРАДИЦИОННАЯ КИТАЙСКАЯ МЕДИЦИНА

9.7. Исследования суточных биоритмов	
в точках акупунктуры.....	466
9.7.1. Суточная динамика ЭКС в области ТА, функционально связанных с желчевыводящими путями, у здоровых лиц.....	466
9.7.2. Суточная динамика ЭКС в области ТА, функционально связанных с желчевыводящими путями при наличии у пациентов дискинезии желчевыводящей системы.....	468
9.7.3. Суточная динамика кожной температуры в ТА, функционально связанных с желчевыводящими путями, у здоровых лиц.....	469
9.7.4. Суточная динамика кожной температуры в области ТА при наличии у пациентов дискинезии желчевыводящей системы.....	470
9.8. Разработка и обоснование хронорефлексотерапии с учетом нарушения биоритмов биофизических параметров ТА при дисфункции желчевыводящих путей ...	471
9.9. Динамика клинических проявлений и показателей моторно-эвакуаторной функции ЖВП при дисфункции желчевыводящих путей при ДЖВП в ходе рефлексотерапии.....	472
9.10. Динамика клинических проявлений и показателей моторно-эвакуаторной функции ЖВП при ДЖВП в ходе автоматизированной компьютерной рефлексотерапии.....	473
9.11. Эффективность лечения больных хронорефлексотерапией.....	473
9.12. Влияние рефлексотерапии на динамику ЭКС и температуры в ТА при ДЖВП.....	477
Список литературы.....	480
Вместо заключения.....	483