

2012年中医助理医师考试辅导：艾灸美容养生功效 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/656/2021\\_2022\\_2012\\_E5\\_B9\\_B4\\_E4\\_B8\\_AD\\_c22\\_656352.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/656/2021_2022_2012_E5_B9_B4_E4_B8_AD_c22_656352.htm) 将艾叶晒干，搓取艾绒，制成艾柱，置于选定的穴位燃烧，用治百病，这种神奇的艾灸疗法，流传至今已三千多年了。现将临床常用养生与美容，并有良好效果的艾灸疗法选介于下：治面部皱纹多 临睡前，将艾条一端点燃，对准面部的穴位，约距穴2~3厘米左右选进行熏灸，每次选2~3个穴位，各灸5分钟左右，至皮肤产生红晕为度。鱼尾纹多，选太阳、丝竹空；额纹选阳白、印堂；笑纹选地仓、下关、颊车。或将盐末填平脐孔，切取0.3厘米的鲜姜1片，中心用针穿刺数孔后置于脐上，姜片上置中艾炷（如黄豆大）点燃施灸。至艾炷全部烧完再换一艾炷，每次3~5壮，至局部皮肤产生潮红为度，每晚1次。治疣 首先常规消毒疣部，再用凡士林少许涂于疣上，取艾绒制成与疣相同大小的圆锥形艾炷3个，将1个艾炷放在疣上，点燃使艾炷烧尽（一般不痛，如艾炷大于疣则烧灼正常皮肤引起疼痛），去艾灰后，疣上再略涂凡士林（起粘附作用），将艾炷放上点燃，这样连灸3个艾炷，疣被烧焦。一般治疗1~2次，疣体脱落，治疗后消毒纱布覆盖，以防感染。治面瘫 用隔姜灸法，即取新鲜生姜切0.2厘米厚的姜片，上用针刺数孔，将艾炷置于姜片上点燃，在患侧的阳白、颊车、地仓、颧髻及四肢双侧的合谷，足三里穴，每穴施灸3~5壮，施时局部灼烫时，将姜片提起片刻再放下，反复几次，直至艾炷全部烧完。每晚卧前施灸1次。治牙齿松动 每晚临睡时，端坐凳上，将艾条点燃后，在下肢的绝骨、涌泉穴上悬灸，每穴2~3分

钟，至局部出现红晕，再请家人帮助，施灸肾俞、大杼穴，每穴2~3分钟，至局部出现红晕。农历每月前2日下午5时~9时施灸。补肾益精，强骨固齿。治雀斑以艾条点燃后，熏熨合谷、曲池及面雀斑处，使局部有温热感，皮肤出现红晕为度，施灸时，尤其面部要小心艾灰掉落，灼伤皮肤，每晚或隔日晚上施灸1次。通经活血，防治雀斑。治黄褐斑卧前取1支艾条，点燃后在面部黄褐斑局部施灸，艾条距皮肤2~3厘米，至局部皮肤产生红晕，自觉有温热感，施灸10分钟左右，施灸时小心艾灰掉落烫伤皮肤。治眼睑下垂用艾条点燃后，在上眼睑至前额部来回悬灸，至局部红晕，自觉温热舒适，施灸20分钟左右。施灸时小心艾灰掉落烫伤皮肤。每晚1次，10次为1疗程。治面部虚胖每晚临睡前，将艾条点燃，端坐床前，分别灸足三里、天枢、中脘穴，每穴悬灸5分钟左右，局部出现红晕，自觉温热舒适感。益气健脾，养血容颜。治痤疮将艾条点燃后，在面部颧骨、下关、巨骨、迎香等穴上施灸，距穴约1~2厘米，每穴灸2分钟，至局部皮肤出现红晕为度。小编推荐：[#0000ff>2012年中医助理医师考试辅导：耳针的操作方法](#) [#0000ff>中医临床：针刺配合拔罐治荨麻疹](#) [#0000ff>中医助理考点：中药的药物和剂量](#) 100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问

[www.100test.com](http://www.100test.com)