

时尚 fashion 新 干 线

时尚主编 | 姚静:13952703520
杨星:13773444861

本刊支持栏目

- 小城食事
- 时尚 show
- 楼市 / 家居
- 美容 / 养生
- 车行天下
- 团购消费



皇嘉超妍

★ 超妍美容养生会馆 / 美丽热线: 84630333

美容 养生

总第 03 期

★ 皇嘉超妍 SPA 综合养生会馆 / 美丽热线: 84838999

超妍美容



大·讲·堂

养生《名医别录》中也说艾草“主灸百病”。《药性论》中记载的更详细,说艾草“能止崩血,安胎,止腹痛,醋煎作煎,治癖,止赤白痢,及五藏痔泻血。煎叶,主吐血。”归结起来,就是两个字,“纯阳”。因为艾草性纯阳,所以对治疗寒邪、阳虚有奇效。现在还有不少人用艾叶泡脚,或者把艾叶制成香囊佩戴在身上,以达到固阳驱寒的目的,这都是很实用的小偏方。

《本草纲目》中记载“艾叶生则微苦太辛,熟则微辛太苦,生温熟热,纯阳也。可以取太阳真火,可以回垂绝元阳……灸之则透诸经,而治百种病邪,起沉痾之人为康泰,其功亦大矣。”

为什么提到灸就必然想到“艾灸”,而不是别的什么灸呢?因为艾草和灸同样神奇。艾草在我国大部分省市都可以看到,虽然常见,但是效用非凡。艾草是《黄帝内经》中说到的少数药物之一,民间也一直有“家有三年艾,郎中不用来”的俗语。

“灸”这种方法据说在发现火的旧石器时代就出现了。从这个字本身就不难看出,灸法就是用“火”长时间(久)烤。火能产生活跃的能量,对经络有激发、疏导的作用,可以疏通经络、调和气血。《黄帝内经》说“针所不为,灸之所宜”,《医学入门》里也说“药之不及,针之不到,必须灸之”。可以说,灸这种方法是中医四法(砭、针、灸、药)中最好的。

艾草补阳气,灸法通经络,艾灸是寒、气、虚的克星。驱、补、通、调是健康的根本(驱寒邪、通经络、补元阳、调正气是健康的根本)。中医早就有“十病九寒”和“百病生于气”的说法,现在更是这样。整天坐着不运动,吃肥甘厚腻的食物,夏天把空调开得很低,白领们冬天穿西服打领带……这统统为寒气进入身体开了快速通道。寒是外因,气就是内因了。现代人都说压力大,有了压力就有了郁气、怨气、怒气……这些气可不是好东西,它们会抱成团堵在经络里。不管是寒,还是气,都会阻塞经络,使气血循环不畅。脾胃经堵了,消化就不正常;心经堵了,就会失眠、头痛、烦闷;肾经堵了,人就没精神、倦怠、易疲劳。总之,人体没了气血,就像植物没了水和阳光,各种病症也就出现了。

有的人可能还不太了解什么是“灸感”。我们解释一下:灸感是灸法的术语,是指病人因施用灸法而出现的温热或麻木、虫

爬行等感觉,有时也可向某个方向传导或扩散。

具体些讲,灸感有七种感觉:第一是透热,灸热从施灸点皮肤表面直接向深部组织穿透,甚至直达胸腹腔脏器;第二是扩热,灸热以施灸点为中心向周围扩散;第三是传热,灸热以施灸点开始循经络向远部传导,甚至直达病灶;第四是局部不热(或微热)而远部热,也就是施灸部位不热(或微热),而远离施灸部位感觉很热;第五是表面不热(或微热),而皮下深部组织,甚至胸腹腔脏器感觉很热;第六是施灸(悬灸)部位或远离施灸部位产生其他非热感觉,例如酸、胀、麻、热、重、痛、冷等;第七是上述灸感传导之处,病症随之缓解,施灸部位产生的热、胀、痛等感觉发生深透远传,所到之处病症随之缓解。这些都是灸感。

我们最期待出现的当然是第六、七种感觉,这说明艾灸的纯阳之气沿着经络传导了。比如腰痛灸肾俞穴或八髎穴,会感觉到有一股热流,或是酸、麻、胀、痛、冷、重等非热感觉顺着经络蔓延,可能会传导到委中穴或承山穴,这就是气至而有效。



热烈祝贺 金手指美容养生馆文游中路店 盛装开业

金手指美容养生馆是一家专业从事美容养生的机构。该馆自2000年落户邗城以来,以其优美的环境、优秀的团队、优质的服务、优异的产品赢得了众多爱美女士的青睐和好评。目前,该馆已发展成为拥有文游中路、郭集、汤庄、盛丰等四家连锁机构和一支拥有50多名专业美容养生队伍。该馆先后被国家卫生部授予“两防一延”工程教育服务基地;被江苏省消费者协会评为“十佳诚信店”、“放心美容院”;被江苏省协会吸纳为“常务理事单位”;被江苏省工商业联合会评为“省十佳美容院”等等荣誉。

·金手指的特色·

- 一、环境美观、温馨、大方,装修豪华,以单间为主,内含淋浴和洗手间。
- 二、良好的卫生环境,顾客使用的物品都是一客一换,经过严格消毒的。
- 三、一流的美容师队伍,



伍,专门聘请南京中医药大学美容专业毕业的的老师,加强对美容师的专业培训,做到手法规范,技术精湛。

四、产品安全,项目健康。同时与台湾、韩国等一流医院及高端养生会所合作,采用高科技产品和养生项目,力求为广大成功人士搭建健康平台。

金手指的愿景——让更多的女性享受美丽、健康、优雅的生活

高举时尚风标 · 打造时尚高地 · 引领时尚生活 · 共享时尚家园

总店升级,为了让邗城更多女性深入了解金手指特此推出**超值体验卡**:

现仅需 298(即可享受法国苏薇面部补水护理4次 瑶药泡澡调理2次 芳香开背4次)

活动时间:9月30日至10月10日

时尚直通车

- ★ 金手指美容养生馆
- 文游中路店:84662021 郭集店:84244133
- 汤庄店:84719990 盛丰店:84685758
- ★ 东方商厦 / 85086999
- ★ 华昇·沁园 / 售房热线:84366666



盛情以待……