

商丘松烟墨灸 承爱递康放心企业 松烟墨灸代加工

产品名称	商丘松烟墨灸 承爱递康放心企业 松烟墨灸代加工
公司名称	山东承爱递康生物科技有限公司
价格	面议
规格参数	
公司地址	济南市历下区工业南路61号山岗新天地广场8-70 7
联系电话	18766117000 18766117000

产品详情

企业视频展播，请点击播放

视频作者：山东承爱递康生物科技有限公司

经络不通怎么办？

1、5字调息通五脏

每天清晨，用鼻子吸气，嘴呼气，默念：嘘、呵、口四、吹、呼字，不要出声。每个字音对应一个脏腑：嘘对肝，呵对心，口四对肺，吹对，呼对脾。

这是利用调节呼吸来调匀气息，疏通五脏。如果常念“嘘”可以明目，常念“呵”可以泄心火等，长久坚持，会有一定作用。

2、药墨疏通经络

经络是人体气血的通路，腧穴是气血汇合的场所。中医讲“通则不痛，痛则不通”。经络闭阻，气血不通是疾病产生的根本原因。运用药墨产品对躯体筋肉系统施行物理性的科学调理，促使筋肉、腠理，从病理性的紧结、气血闭阻状态，逆转为生理性的形态并气血通畅；与此同时，筋肉挛缩对周围组织产生的牵拉、压迫获得解除，筋肉本身和周围组织，恢复了生态平衡。

3、轻揉耳轮通气

耳朵不仅能健，还能打通全身穴位。

双手握空拳，以拇指、食指沿耳轮上下来回推摩1分钟，直至耳轮充血发热。

中医认为全身精气有各脏器收集后交来保存，开窍于耳，耳朵上布满了全身穴位，所以耳朵不仅能健，还能打通全身穴位。

4、梳头促进血循环

用手指或木梳从额头前至枕后，从两侧的颞部至头顶进行“梳头”，每回50--100次，松烟墨灸代加工，以晨起梳头为。

人体各条经络都汇聚于头部，梳头时要经过眉冲、通天、百会、印堂、玉枕、风池等近50个穴位，对这些穴位进行如同针灸的刺激，可以促进头部血流，疏通经络。

5、莲花坐活动韧带

坐时，屈左腿，将左脚脚背放在右大腿的沟处，双手放在左膝盖上，轻柔地做上下弹性运动数次，使之接触地面；然后换右脚。坚持运动能有助于活动人体多处韧带，使腿、腹、胸、颈部等肌肉得到充分伸展，保持经络畅通。

缓解冬季手脚冰凉的方法：

1、适量运动

可以通过打太极拳、步行、慢跑、爬楼梯、健身舞等锻炼。如手冰凉，上肢的活动量应大些，如果脚冰凉，下肢活动量应大些，通过加强对手脚的锻炼，可改善手脚冰凉的症状。

打太极拳可以让全身各个部位运动起来，促进血液循环，是保持手脚温暖好的方法。同时锻炼要经常化，才能收到明显的。

2、多晒太阳

针对阳气衰弱引起的手脚冰凉，调理方法很简单，平时晒晒太阳就可。中医认为人体的前为阴，后为阳，因此晒后背能起到补阳气的作用。天气寒冷，此时晒晒后背，还能驱除脾胃寒气，有助改善消化功能。上午10点至11点晒太阳好，因为这一时段阳光中的紫外线偏低，能使人感到温暖柔和。

3、饮食温补

通过食物的调理也能让身体暖和起来，如坚果类的核桃仁、芝麻等；蔬菜类的韭菜、胡萝卜、菠菜等；水果类的杏、桃、木瓜等，其他如牛肉、羊肉、糯米、黄豆、红枣、红糖等都属于温热新食物。

4、日常保养敷药墨

中医认为，手脚冰凉多是由于经络不通畅所致，促进血液循环，从而畅通经络让手脚回暖。寒湿体质是万病之源，中医里有六邪气，分别为寒、暑、湿、燥、火。其中，寒为阴邪，易伤阳气。淋雨涉水、汗出当风、贪凉露宿，会使外界环境中的寒邪引入体内；常食生冷损伤脾胃阳气，可致寒从内生，造成体内阴气过剩，阳气受损，表现为怕冷，易腹泻、感冒、浮肿，身体乏累，口唇色淡，尿频、尿量多，睡眠和食欲都很差等。在中医看来，许多疾病都由“寒”引起。现代人无节制地熬夜、缺少体力活动、过分贪凉饮冷，都是引起寒邪的重要因素。药墨可以内通五脏六腑，外透经络肌肤，具有的吸收渗透能力

，松烟墨灸加工厂，可以把体内的湿毒邪随体液大小便排出体外所以让人感觉很神奇。

立秋养生

立秋后，气温由热转凉，自然界的阳气开始收敛、沉降，人应当开始做好保养阳气的准备。

少开空调:

“秋老虎”的来临，商丘松烟墨灸，让很多人还是觉得如夏天一般，因此还是通宵开空调。立秋以后，即使再热，早晚天气都会偏凉一些，因此，空调开放时间不宜过长，夜里好不开。此外昼夜温差逐渐变大，松烟墨灸贴牌，也要预防感冒着凉。

少吃寒凉水果:

西瓜、梨、葡萄就是性味寒凉的水果。长夏后，很多人的脾胃都很虚弱，如果此时再吃寒凉水果，就可能伤及脾胃。

早睡早起：

早睡可以顺应阳气的收敛，早起可使肺气得到舒展。另外，早睡早起可减少形成的机会，可预防脑等缺血性疾病发生。

药墨调理脾胃:

实际上立秋后很长一段时间，气温还是较高的，空气湿度也较大。再经过苦夏的煎熬，很多人脾胃往往很虚，在这样的气候条件下，调理脾胃应该侧重于清热、利湿、健脾，以使体内的湿热之邪从小便排出，促进脾胃功能的恢复。

药墨贴敷脾胃方法：肚子区胃一块，后背反射区一块，大腿前侧分别一块，小腿两侧分别一块

药墨是迄今为止世界上一款物理疗法和药理疗法为一体，诊断和理疗为一体的外用中药奇方，主要解决人体湿，寒，凝，瘀，堵，结，瘤等问题。

商丘松烟墨灸-承爱递康放心企业-松烟墨灸代加工由山东承爱递康生物科技有限公司提供。山东承爱递康生物科技有限公司拥有很好的服务与产品，不断地受到新老用户及业内人士的肯定和信任。我们公司是商盟认证会员，点击页面的商盟客服图标，可以直接与我们客服人员对话，愿我们今后的合作愉快！同时本公司还是从事药墨，松烟药墨，墨灸的厂家，欢迎来电咨询。