

慈溪传统艾灸穴位

发布日期：2025-10-02 | 阅读量：12

在艾灸的时候，都有哪些种灸法可以达到这样的效果呢？给大家分享一种比较常见的——直接灸。那么这个直接灸呢，就是把这个艾绒直接团成小米粒或花生一样大小，放在我们身体上来烧灼，当然这样会造成不同情不同程度的这个灼伤。但是呢，因为灼伤我们身体的正气呢会往这个地方去聚集，延长我们的这个疗效。那么当然这个直接灸里边儿呢包含了一种非常关键的叫化脓灸。化脓灸一般是针对于慢性疾病比较持久的人，效果是非常好的。那么化脓灸就很多人受不了，因为它会有疤痕。它又称为疤痕灸。所以一般情况下，如果身体相对来说底子比较好的，可以不采用这种方式。那么直接灸当中除了化脓灸。还有一种叫非化脓灸啊，非化脓灸又叫麦粒灸，它刺激性相对来说比较强，见效也快。当然这个对灸师的要求会比较高一些，平常我们会在我們的足部和四肢，会用这些麦粒灸的方式来泄火。艾灸主要的作用是什么呢？慈溪传统艾灸穴位

艾灸疗法是中医常用的祛病防病、保健养生的疗法。由于艾灸以火熏灸，稍不注意有可能引起局部皮肤的烫伤，另一方面，施灸的过程中要耗伤一些精血，因此有些部位或有些人是不能施灸的。那我们一起来了解一下艾灸的一些注意事项。现代人的衣着不少是化纤、羽绒等质地的，很容易燃着。因此，施灸时一定要注意防止落火，尤其是用艾炷灸时更要小心，以防艾炷翻滚脱落。用艾条灸后，可将艾条点燃的一头塞入直径比艾条略大的瓶内，以利于熄灭。因施灸时要暴露部分体表部位，所以在冬季要保暖，以免治了旧病又添新病。镇海古法艾灸效果可不可以自己做艾灸呢？

艾灸功效很多，但是艾灸不是所有问题都能解决的。身体不舒服的时候应该先去医院检查确诊是什么问题，而不能不管哪里不舒服都企图靠做艾灸来解决。

艾灸要想有好效果，还需要有良好的生活习惯配合。不要觉得，反正艾灸能养生，能治病，我可以熬夜，可以不注意饮食，可以随便乱来了。如果有这样的想法，艾灸什么也帮不了你。

艾灸的过程中，有的人很快见效，而有的人迟迟不见效。这些都是正常，因为各人体质不同，疾病程度不同，恢复能力不同，这些都直接影响到艾灸见效的时间。所以艾灸没有固定的见效标准。

艾条灸：艾条灸是以艾绒制成艾条（一般叫做清艾条），将艾条的一端点燃后，在穴位上熏灸或灼烫的方法。若用在艾绒中加入性温芳香药物制成的艾条（一般叫药艾条）进行熏灸，则叫做“药条灸”。艾条灸的方法主要是将点燃的艾条悬于所需施灸的穴位上熏灸。艾灸时，点燃的一端距离皮肤约3厘米，一般每穴灸10分钟左右，灸至皮肤温热发红，有温热感，而又不致产生灼痛和烧伤皮肤为宜，施灸的方法分温和灸和雀啄灸。

温和灸：施灸时将艾条的一端点燃，对准应灸的腧穴部位，约距皮肤2-3厘米左右，进行熏烤，熏

烤使患者局部有温热感而无灼痛为宜，一般每处灸5-7分钟，至皮肤红晕为度。对于昏厥、局部知觉迟钝的患者，医者可将中、食二指分开，置于施灸部位的两侧，这样可以通过医者手指的感觉来测知患者局部的受热程度，以便随时调节施灸的距离和防止烫伤。艾灸疗法的主要材料为艾绒，艾绒是由艾叶加工而成。

艾灸是中医针灸疗法中的灸法，是用艾叶制成的艾灸材料产生的艾热刺激体表穴位或特定部位。通过激发经气的活动来调整人体紊乱的生理生化功能，从而达到防病治病目的的一种治疗方法。艾灸的方法有很多种常用的有：1、艾条灸：也就是直接将艾绒24克，平铺在细草纸上，将其卷成直径1.5厘米的圆柱形艾卷，然后外面裹以桑皮纸，直接灸于人体的穴位。2、温和灸：施灸时将艾条的一端点燃，对准应灸的俞穴部位，约距皮肤3厘米左右，进行熏烤。3、雀啄灸：施灸时，将艾条点燃的一端与施灸部位的皮肤并不固定在一定距离，而是像鸟雀啄食一样，一上一下活动施灸。4、回旋灸：距皮肤1.5-3厘米左右，艾灸条在皮肤上做顺时针或逆时针转动。

艾灸产生于中国远古时代. 嘉兴古法艾灸盒

做完艾灸后有什么注意事项？慈溪传统艾灸穴位

艾灸疗法自身的一些要点：

施灸前要注意灸料的质量：艾绒的粗细与施灸有很大关系，必须仔细考究。尤其是直接灸，必须用极细的艾绒。建议购买成品，长期存放，密藏之。因为艾绒非常容易受潮，所以应该在太阳下晒干，这样才能点燃。艾卷应粗大、结实、均匀且干燥。

被施灸者必须做到姿势端正：艾灸对身体所处的状态要求很高。一般来说，灸的过程应该是端身正坐，甚至灸膝以下的时候也要端身正坐。直接灸需要反复灸。所以开始要打好基础，否则穴位不准，就得从头开始施灸。灸时如发现穴位不准，应随时纠正。 慈溪传统艾灸穴位

宁波市艾昇生物制品有限公司是一家有着先进的发展理念，先进的管理经验，在发展过程中不断完善自己，要求自己，不断创新，时刻准备着迎接更多挑战的活力公司，在浙江省等地区的医药健康中汇聚了大量的人脉以及**，在业界也收获了很多良好的评价，这些都源自于自身不努力和跟大家共同进步的结果，这些评价对我们而言是比较好的前进动力，也促使我们在以后的道路上保持奋发图强、一往无前的进取创新精神，努力把公司发展战略推向一个新高度，在全体员工共同努力之下，全力拼搏将共同宁波市艾昇生物制品供应和您一起携手走向更好的未来，创造更有价值的产品，我们将以更好的状态，更认真的态度，更饱满的精力去创造，去拼搏，去努力，让我们一起更好更快的成长！