

《通畅生命的河流》

讲师：周皆言

课程对象：

1. 适合国企党员干部员工素养培训
2. 党风廉政、政治形式理论教育培训
3. 中医传统文化大众科普培训
4. 金融、保险公司 VIP 客户回馈活动
5. 各级中（西）医院主题宣教活动等

课程时间：180 分钟版

课程大纲：

一、人体气血瘀滞发出的信号

- 1.1 中国亚健康痰湿体质病因
- 1.2 解读腔隙性脑梗的危害
- 1.3 解读富贵包的危害
- 1.4 解读手厥阴心包经曲泽穴瘀斑
- 1.5 人体血液中红细胞的粘连现象

二、引发人体瘀血的六大原因

- 2.1 瘀血病因之一：肌体寒凉引发瘀滞

播放科普视频：《心脏搭桥患者术前血液化验》2分15秒

2.2 瘀血病因之二：肌肉疲劳引发瘀滞

2.3 瘀血病因之三：营养缺乏引发瘀滞

2.4 瘀血病因之四：血脂异常引发瘀滞

2.5 瘀血病因之五：气滞不舒引发瘀滞

2.6 瘀血病因之六：肌肉疲劳引发瘀滞

三、气血畅通 百病无踪

3.1 走出脂肪摄入的误区

3.2 刺络排瘀病例解读

3.3 饮食作息改善人体气血瘀滞状态

四、传统艾灸补气通络

4.1 传统灸法一：益寿延年的千年经典组方

4.2 传统灸法二：培补肾气四大要穴

4.3 传统灸法三：调理肠胃功能

4.4 传统灸法四：缓解视疲劳

4.5 传统灸法五：改善脑部循环

五、现场养生答疑（根据学员需求，可安排 15~30 分钟）