

# 瑶族泡脚走进湖南卫视《百科全说》

# 三天吃只羊 不如泡脚再上床

2011年10月11日，一位姓覃的瑶族名医走进湖南卫视大型生活智慧类节目《百科全说》，详细讲述了瑶族人用瑶药泡脚养生、治病的真实奇方，引起全国收视狂潮和各地观众的纷纷效仿。



“一身饱暖、牛大力、铜凉伞、红花倒水帘……”虽然这些瑶药的名字千奇百怪，但是有条件买到的顾客试用后，还是大呼神奇！“真是神了，刚泡20多分钟，背后就热呼呼出汗，一量血压下降了30多毫米汞柱”“血脂、血糖都降了，连泡一个月稳稳的，这下不用吃药了”“脚气、脚癣、灰指甲都好了，连便秘都没了，皮肤白白滑滑的”

## 三天吃只羊 不如泡脚再上床

在百岁人口分布率居全球之首的“世界长寿之乡”——广西巴马瑶族自治县，流传着这样的谚语“饭后百步走，睡前一盆汤”、“三天吃只羊，不如泡脚再上床”……

“每天粗茶淡饭、多劳动，晚上泡泡脚”113岁的巴马老人黄阿曼憨厚的笑着说，这就是她的长寿秘诀。

“不像城市里的人，动不动就要吃药，我们这里谁要是不舒服，晚上用草药泡脚就好”当地一位学者说，据他表示在巴马乃至整个瑶族地区，光脚走路、用草药泡脚，似乎已经成为了瑶族人的一种生活习俗。

这种天然的泡脚疗法，让当地人患脚病、风湿、高血压、糖尿病、心脏病、便秘、前列腺、中风等慢性病的几乎为零，迄今为止没有发现一例癌症患者，瑶族姑娘的皮肤也是个水灵灵。

## 巴马养生文化研究院 揭秘“泡脚治百病”

长期对巴马长寿现象研究的香港巴马养生文化研究院调查发现，很多有脚气、鸡眼、皴裂、脚癣来巴马旅游，用瑶族的草药泡一泡，三、两天脚上的死皮、老皮脱落，十几天新皮肤长出来，不到一个月再严重的脚病也能康复。

北京西直门的陈安银大妈是个一身是病的七旬老人，在巴马连续泡了两个月的瑶药，几十年的心脑血管、糖尿病好了不少，风湿关节炎几近康复。

一位受痛经折磨十几年的妇女，才用瑶药泡了五天脚，痛经悄悄的好了，连失眠、便秘这些症状也不见了……

巴马养生文化研究院的陈一鸣教授说，“人之有脚，犹如树之有根”，足底有136个穴位反射区，对应人体的五脏六腑各个器官，瑶药由于生长环境、气候的独特性，特别适合足浴。

科研人员将瑶族巴马长寿老人的泡脚秘方进行反复筛选，利用现代生物制药提纯、萃取，研制成可活血通络、祛病养生，有消脚疾、保护心脑血管、美容驻颜等多种养生功效的——“巴马汤”草本浴足粉，一经上市，立即引起广大患者和养生人士的热捧。

## 足是人之根 泡脚治全身

早在几千年前，中医就发现了“足是人之根，泡脚治全身”的妙处。采用瑶药“一身饱暖、牛大力、铜凉伞、红花倒水帘、夜交藤、威灵仙”等秘制而成的“巴马汤”草本浴足粉，遵循“中医

**脚病**、**高血压**、**冠心病**、**偏头痛**、**皮肤瘙痒**、**风湿骨病**、**气管炎**、**便秘**、**色斑**、**女性痛经**、**手脚冰凉**、**动脉硬化**、**脂肪肝**、**前列腺**、**肾虚**、**易疲劳**、**失眠**、**经常感冒**、**足根痛**、**肠胃病**、**糖尿病**、**免疫力低**、**亚健康**、**中风偏瘫**

**巴马汤泡脚 能改善60多种身体不适**

药学”、“经络学”与“足底反射学”之养生理。通过足浴热能助推原理，使草药的有效成分溶于水与脚接触，足浴时，水的温热还可以促进血液循环、促进新陈代谢，药物可通过皮肤上的汗腺、皮脂腺渗透进行吸收，对脚病以及亚健康、心脑血管病、糖尿病、失眠、肾虚、前列腺等慢性病有着极其神奇的功效：

- **脚病(脚气、鸡眼、灰指甲、皴裂、脚癣、脚臭)：** 俗话说“树老先老根，人老先老脚”，人一上年龄，或者过度劳累后，脚病就会出现，这个时候您别着急，用“巴马汤”每晚泡脚，在舒服享受中就可发现，老皮换新皮，脚气不痒了，指甲变白了，70岁的人往往能泡出20岁的白嫩、健康脚。
- **心脑血管病(高血压、心脏病、高血脂、中风等)** “巴马汤”中的秘制瑶药成分，具有泡脚降血压、改善血液循环，消除心脑血管并发症的功效，通过药液的温热刺激和透皮吸收，作用全身穴位，血压一泡就降，头晕、胸闷随即消失，更有助中风康复。
- **风湿骨病(足跟痛、关节痛、腰腿痛、肩周炎、颈椎病)** “巴马汤”能舒筋活络，祛寒除湿，活血化瘀。用它泡脚时会感觉膝盖很凉，说明体内的寒湿正在被泡脚的热水和草药逼出体外，因对风湿、类风湿、颈肩腰腿疼，有着药到病除、标本兼治的奇效，往往1—3月就能不药而愈。
- **鼻炎、气管炎、免疫力低下、易感冒** 当你脚凉或受风的时候，鼻子立马打喷嚏，“巴马汤”浴足在促进血液循环的同时，也改善了淋巴液的循环，提高了人体的免疫功能。因此，用“巴马汤”泡脚对反复感冒、鼻炎、慢性支气管炎等多种免疫功能低下引起的疾病均有特效。
- **糖尿病、肠胃病** 很多人惊奇的发现，用“巴马汤”泡脚血糖下降了，连多年的肠胃病也大为好转。这是因为脚底有对应的胰脏穴、肠胃穴，每天泡一泡，坏疽、眼睛模糊、身体痒痒慢慢改善了，泡上两、三月，不用打胰岛素，糖尿病奇迹康复了，肠炎、胃痛也好了！
- **失眠、头痛、抑郁** “巴马汤”对失眠、头痛、抑郁的见效更为迅速，药物和温热刺激能够通过皮肤感受器，传导到中枢神经系统，使中枢的兴奋和抑制有序，当晚即可睡得香甜，第二天一早容光焕发，头痛、抑郁一扫而光，连泡一个月，很多几十年的失

- 眠、头痛、抑郁全赶走！
- **痛风、脂肪肝** 痛风、脂肪肝都是因为营养过剩造成的，每天用“巴马汤”泡脚，融化痛风结石，促进新陈代谢加快，降低尿酸、血脂，当晚排出醒臭大、小便，1—2月大肚子瘪了，脂肪肝、痛风不药而愈。
- **便秘、前列腺** 便秘、前列腺疾病肠道、尿道两头堵，用“巴马汤”泡脚疗法再好不过了，它能舒缓压力、排出毒素，促进大肠蠕动，调节人体微循环，3—5天即可排便、排尿顺畅，治病又养生，越泡越轻松！
- **痛经、手脚冰凉、色斑** 很多女性有痛经、手脚冰凉、色斑生痘的症状，用“巴马汤”泡脚能畅通气血，温通经络，因对虚寒、气滞、血淤导致的痛经、手脚发冷、色斑的女性朋友非常有效，15—30天即可手脚温暖，肚子不疼，45天色斑、痘痕消失，皮肤光滑水灵灵！
- **亚健康、肾虚、易疲劳** 都市男人工作压力大、烟酒过度，往往出现易疲劳、性功能低下现象。每天用“巴马汤”泡泡脚，促进经络排毒、血液循环，舒缓精神压力，使人容易放松，两三天即可恢复体力、强肾壮举。

## 每天泡泡脚 疾病全赶走

- 5分钟，全身舒爽，后背出汗** 刚放进脚，就能感受到热水和“巴马汤”的能量，5分钟便觉得血脉从双脚到全身流通顺畅，一种舒爽的感觉前所未有！20分钟后背部微微出汗，全身轻松、脚不痒了，当晚就能睡个香甜觉！
- 3盒后，脚病、失眠、便秘全好了！** 每天享受“巴马汤”足浴的感觉太爽了，不知不觉中，您会发现脚气、脚病全好了，3盒左右失眠、便秘、痛经康复，皮肤变得白白嫩嫩，本想保健的人发现，自己整个人的精神状态都不一样了！
- 连泡两周期，老毛病全没了，一身轻松！** 坚持用“巴马汤”泡上两周期以上，您会惊喜的发现，血压、血脂、血糖恢复正常指标，风湿、颈肩腰腿不疼了，一些男士大肚子瘪了，脂肪肝、痛风、前列腺不药而愈，整个人像年轻了十几岁，长期使用不仅能祛除慢性病，还能延年益寿、美容养颜。

**相关链接：**

**华佗《足心道》泡脚胜吃药**  
《黄帝内经》载：“经脉者，人之所生，病之所成”。  
神医华佗曾著《足心道》中指出：  
春天泡脚升阳固脱  
夏天泡脚暑湿可祛  
秋天泡脚肺润肠濡  
冬天泡脚丹田温灼

**中华医药宝库的一朵奇葩**  
瑶族是一个长期躲避历代皇朝征剿的民族。进山唯恐山不高，入林唯恐林不密。  
有句话说“侗族住山脚，苗族住山腰，瑶族住山顶”。天天与林瘴虫毒做斗争，造就了瑶医、瑶药取材天然、见效迅速、源头施治的特性，是中华医药宝库里一朵罕见的奇葩。

## 三高、肾虚、失眠全好了 每天泡泡脚 胜过吃补药！

每天工作忙，压力太大、应酬多，自己是医生却是一身病，用瑶药“巴马汤”泡脚后，嘿！不仅困扰他二十多年的失眠好了，连血压、血糖、血脂都逐渐恢复。原来肾虚乏力，经常没精神，现在每天泡脚，像20多岁的年轻人一样生龙活虎、精力充沛！

## 痛经、手脚冰凉 泡出脸色红润水灵灵！

结婚前就有痛经的毛病，结婚后没想到还是这样，医生检查说她宫寒、气血不好，皮肤粗糙、经常长痘，一到冬天就手脚冰凉、生冻疮。用“巴马汤”泡一泡脚，不仅晚上睡得香了，来例假时也不疼了，胃口也比以前好了，她妈说她好像是气血通顺了，手暖脚暖，皮肤、脸色都比以前红润多了，水灵灵的！

## 好消息：

“巴马汤”草本浴足粉采用一身饱暖、牛大力、铜凉伞、红花倒水帘、夜交藤、威灵仙等瑶药秘制而成，绿色天然、无副作用，是您每天泡脚、祛病养生的佳选！

**订购热线 4008-088-760**

前50名打进电话，还可享受 **买20送15 买10送5**