

<<图解经络保健基础入门>>

图书基本信息

书名：<<图解经络保健基础入门>>

13位ISBN编号：9787506461573

10位ISBN编号：7506461579

出版时间：2010-1

出版时间：中国纺织出版社

作者：养生堂国医保健课题组

页数：239

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<图解经络保健基础入门>>

### 内容概要

14条经络之三维立体仿真大图+300多个常用保健穴位手绘图+全身主要经穴的定位及功效主治+资深医师亲身示范施治方法=好学易懂的经穴保健工具书！

经络是能量流动的通路，穴位是健康长寿的灵丹妙药！

活到天年的健康秘密，就藏在您自己的身体里！

## &lt;&lt;图解经络保健基础入门&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 解密“决生死、处百病”的神奇经络 经络的发现及其与现代医学的关系 认识十二正经 认识奇经八脉 认识腧穴 经络如何养护我们的身体 腧穴的治疗作用 经络腧穴中蕴藏的阴阳、五行 养生以调理经络为本

第二章 手太阴肺经 手太阴肺经图解 认识手太阴肺经 手太阴肺经相关腧穴定位及主治详解 活用少商穴 鱼际穴的多种治疗作用 手太阴肺经腧穴的配伍应用 逆推手太阴肺经治疗 风寒感冒 伸展手太阴肺经滋养肺脏 养肺宜在秋季

第三章 手厥阴心包经 手厥阴心包经图解 认识手厥阴心包经 手厥阴心包经相关腧穴定位及主治详解 晕车呕吐连腹疾，内关为你除病痛 口臭之疾最闹心，大陵泻火气自清 常按心包经，调出好心情 心悸、失眠心包调

第四章 手少阴心经 手少阴心经图解 认识手少阴心经 手少阴心经相关腧穴定位及主治详解 按摩通里、少府穴，平定情绪

第五章 手阳明大肠经 手阳明大肠经图解 认识手阳明大肠经 手阳明大肠经相关腧穴定位及主治详解 敲打手阳明大肠经缓解便秘 手阳明大肠经巧治五官病 从肩髃穴谈预防“五十肩” 无所不能的合谷穴 鼻子有问题，迎香穴来帮忙 向祖先学习曲池穴的治疗方法

第六章 手少阳三焦经 手少阳三焦经图解 认识手少阳三焦经 手少阳三焦经相关腧穴定位及主治详解 亥时百脉通，休养生息好时段 肥胖与三焦经 女性的美容经 从手脚冰凉说阳池穴 驱走“风疾”和耳病，按翳风穴 功效神奇的外关穴 头晕目眩、打嗝找中渚穴 天牖穴治疗头痛、颈痛 特别推荐：闲谈耳朵的病

第七章 手太阳小肠经 手太阳小肠经图解 认识手太阳小肠经 手太阳小肠经相关腧穴定位及主治详解 按摩小肠经治疗颈肩综合征 少泽穴治疗全身多种疾病 妙用后溪穴治疗多种不适 献给老年人的好穴位——养老穴 常按听宫穴，治疗耳部、面部疾病 颈椎疼痛、去除赘物找支正穴 小指麻痹、急火攻心、高尔夫球肘全靠小海穴 天宗穴的多种治疗功效

第八章 足阳明胃经 足阳明胃经图解 认识足阳明胃经 足阳明胃经相关腧穴定位及主治详解 按摩足阳明胃经，治疗胃肠功能紊乱 美容第一经——足阳明胃经 按摩胃经，治疗中风、偏瘫 延年益寿、减轻腹痛，常找足三里穴 上病下治——厉兑穴治疗头面部疾病 利用足阳明胃经上的常见穴治疗急证 痰湿体质者的养生要穴——丰隆穴 如何防治视疲劳

第九章 足少阳胆经 第十章 足太阳膀胱经 第十一章 足厥阴肝经 第十二章 足少阴肾经 第十三章 足太阴脾经 第十四章 任脉 第十五章 督脉

## <<图解经络保健基础入门>>

### 章节摘录

第一章 解密“决生死、处百病”的神奇经络 经络的发现及其与现代医学的关系 经络很神奇，不论是在堆积成山的武侠小说中，还是在古代的医学界、现代的中医临床中，它都是一个神秘莫测的角色。

那么，人们是如何发现经络并将之应用于人体疾病治疗的呢？

经络的发现 事实上，经络发现的关键在于“穴位”的发现。

而“穴位”的发现却具有一定的偶然性。

例如，一个人伤着了合谷穴所在的部位，虽然手被划伤了，很痛，但是同时，他却发现原先牙痛的症状减轻了，甚至消失了。

于是，下次牙痛时，他便会去捏掐或刺破合谷穴所在的地方。

这样的经验被推广应用后，人们便发现了合谷穴。

经过千年的积累，我们的祖先最终一个一个地发现了人体的“穴位”。

当将有相似作用的穴位用线在体表连接起来就成了经络，而在经络感觉敏感的人身上进行施治时，发现了特异的经络传感线与穴位的连线基本吻合，这就逐渐演变成了经络。

现代医学对经络的解读 有学者发现，经脉循行路线与周围神经的分布大体一致。

例如手太阴肺经循行于上肢内侧前缘，实质是沿肌皮神经、前臂内侧皮神经的走向分布的。

经脉上的弯曲部位或从经脉分出较大络脉的部位，也有相应的神经或其分支分布。

经络腧穴对内脏疾病的治疗作用，以及许多经络现象和穴位病理反应的发生，与植物神经系统的调节功能密切相关。

人们还通过人体解剖等研究发现，穴位主治功效的分区情况与其所在神经节段的划分相符合。

虽然现代医学意识到了经络与神经存在某种关联，但现代医学仅是笼统地认为经络系统是一个“神经-内分泌-免疫”三者相互协调的未知系统。

.....

## <<图解经络保健基础入门>>

### 编辑推荐

《图解经络保健基础入门：十二正经及任督二脉使用手册》：中国人世代相传的长命保健真经  
第一章 解密“决生死、处百病”的神奇经络 经络的发现及其与现代医学的关系 认识十二正经  
认识奇经八脉 认识腧穴 经络如何养护我们的身体 ..... 第二章 手太阴肺经——  
肺表疾病推肺经 手太阴肺经图解 认识手太阴肺经 手太阴肺经相关腧穴定位及主治详解  
活用少商穴 鱼际穴的多种治疗作用 ..... 第三章 手厥阴心包经——心悸失眠心包调  
手厥阴心包经图解 认识手厥阴心包经 手厥阴心包经相关腧穴定位及主治详解 晕车呕吐连  
腹疾，内关为你除病痛 口臭之疾最闹心，大陵泻火气自清 ..... 集千年国医智慧 为每  
一个中国人量身定做 感谢读者选择了 中国最具品质的生活图书 由国内顶级医护专家  
专业资深的书业策划团队 精诚为您打造 静候每一个中国家庭的翻阅 温柔贴近您的生活

<<图解经络保健基础入门>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>