

<<常见病特效穴位按摩图解>>

图书基本信息

书名：<<常见病特效穴位按摩图解>>

13位ISBN编号：9787513211765

10位ISBN编号：7513211760

出版时间：2012-12

出版时间：中国中医药出版社

作者：曲宏

页数：260

字数：323000

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>

<<常见病特效穴位按摩图解>>

前言

黄帝曰：“经脉者，所以能决生死，处百病，调虚实，不可不通。

” 经络是上天赐予我们人体的灵丹妙药，它能决生死、处百病，人类疾病多是由于经络气血不畅通造成的。

通过疏通经络，调补气血，就能缓解病痛，甚至治愈疾病。

经络不仅能够治疗已经发生的疾病，更重要的是，能够消灭人体内正在发展但尚未形成的疾病，这就是所谓的“不治已病治未病”。

人体360多个穴位，就是打通经络的“金钥匙”，每一个穴位相当于一味功能卓著的中药，它们的神效是我们祖先几千年宝贵经验的沉淀。

经络畅通、气血充沛，是拥有健康体魄的前提。

养生胜于治病，莫要等到身染沉痾时才想到健康的宝贵！

近半个多世纪以来，西医尚未发现有效的方法治愈像癌症、糖尿病、高血压病、心脏病、颈椎病、腰肌劳损、肩周炎，以及各种困扰人类的顽疾。

他们不得不思考其研究方向的正确与否。

不少西医研究者转而求教《黄帝内经》，发现2500多年前，对如何不生病、如何治愈各种顽疾，中国人早已有体系完整的理论、成熟的技术和简便的操作方法，并已被广泛应用，惠及大众。

不可否认西医手术的准确与高效，但须等到病症凸显时方能有所作为，这就可能会错过治病的良机，造成不利于治病与康复的后果。

《黄帝内经》在“如何不生病”这个问题上功绩卓著，十二经络更是神鬼莫测，在治疗各种顽疾和慢性病方面优势显著，甚至可以手到病除；打通经络，可使人脱胎换骨，解除病痛的困扰。

人体内本来就百药俱全，自我治愈功能更是天赐的法宝。

本书为读者提供一种更为简便快速的方法，准确找到每个穴位的位置及其主要治疗功效，以期获得更好的治疗效果。

祝愿读者身心健康，幸福快乐！

<<常见病特效穴位按摩图解>>

内容概要

本书以中国国家标准《经穴部位》和世界卫生组织《国际针灸穴名》为依据，按照经络关系列出常用的特效穴位，配以相应的局部穴位图，并对每个穴位的所属经络、准确位置、主治功效及治疗手法加以详细说明，描述简单明了，清晰准确，很好地解决了穴位定位及治疗功效的查询难题。此外，还有常见病症的特效穴位按摩方法，图文并茂，为读者提供简便易学的治疗方法，以期获得更好的治疗效果。

<<常见病特效穴位按摩图解>>

书籍目录

特效穴位按摩必修课
解密人体经络
神奇的穴位，健康的密钥
诊脉有奇招
取穴有妙法
补泻有依据
自我保健，按摩手法是关键
自我按摩的注意事项
全身经络特效穴位图解
手太阴肺经
中府——诸般肺疾按中府
天府——治疗哮喘气管炎
尺泽——清肺化痰配肺俞
孔最——咳血快速缓解穴
列缺——头项疾病寻列缺
经渠——常揉经渠气顺畅
太渊——定喘止咳好帮手
鱼际——小儿消化有保障
少商——点刺放血清肺热
手阳明大肠经
商阳——中风晕厥不慌张
三间——牙痛从此不眷顾
合谷——健康长寿大药箱
阳溪——治疗头痛除眼疾
下廉——肠胃调理清道夫
手三里——提高免疫身自强
曲池——排毒养颜不可缺
肘髎——舒筋活络网球肘
臂臑——青光弱视揉臂臑
肩髃——肩周保养有保障
迎香——治疗鼻炎之要穴
足阳明胃经
承泣——迎风流泪按承泣
四白——双目明亮常按揉
颊车——消肿清火治口疮
下关——恢复听力有功效
头维——肝火头痛特效穴
天枢——调理肠胃之枢纽
梁丘——关节疼痛效果佳
足三里——强身健体长寿穴
上巨虚——调理肠胃治便秘
丰隆——化痰祛湿特效穴
解溪——脑部供血更聪颖
陷谷——精神抑郁揉陷谷
内庭——清火解毒特效穴

<<常见病特效穴位按摩图解>>

足太阴脾经

隐白——崩漏便血早治疗
大都——心痛缓解配太白
太白——消化吸收需保障
公孙——小腹疼痛有公孙
商丘——做噩梦配三阴交
三阴交——调经止痛经验穴
地机——降低血糖按地机
阴陵泉——健脾消肿配中脘
血海——养血固本保健康
大包——全身乏力按大包

手少阴心经

极泉——心脏呵护莫要忘
青灵——肘臂疼痛常按揉
少海——瘰疬治疗少海强
灵道——有效防治诸心痛
通里——心动过缓通里帮
阴郄——鼻孔出血配迎香
神门——长期失眠揉神门
少府——善治心悸安神志
少冲——中风昏迷用力掐

手太阳小肠经

少泽——乳汁不足少泽赐
前谷——前谷后溪治耳鸣
后溪——善治颈椎经验穴
腕骨——肘臂保健揉腕骨
阳谷——调节人体免疫力
养老——中老年人保平安
支正——安神治疣不可少
小海——齿龈健康寻小海
肩贞——肩周炎配伍要穴
天宗——颈椎病陈疾可除
乘风——肩痛不举找乘风
天窗——脸颊肿痛有天窗
天容——常揉天容咽喉爽
听宫——耳聋耳鸣别担忧

足太阳膀胱经

睛明——眼病治疗选睛明
攒竹——消肿止痛治眼疾
天柱——眼科疾病经验穴
肺俞——咳嗽哮喘按肺俞
厥阴俞——久虚劳损的救星
心俞——人体麝香保心丸
肝俞——肝胆疾病特效穴
胆俞——治疗胆囊见奇效
脾俞——补气养血有保障
胃俞——脾胃健康身体好

<<常见病特效穴位按摩图解>>

肾俞——诸虚百损保命穴
次髎——女性更年守护者
中髎——女性更年加次髎
委中——腰腿健康走四方
膏肓俞——虚劳痼疾的克星
承山——小腿抽筋莫惊慌
飞扬——恢复腰肌之青春
昆仑——脚腕扭伤按昆仑
申脉——常揉申脉睡得香
束骨——强腰壮膝腿脚灵
足少阴肾经
涌泉——血压正常精神爽
然谷——降低血糖有功效
太溪——虚劳补肾保健康
大钟——调理二便排毒素
水泉——常揉水泉眼明亮
照海——咽喉舒畅的秘诀
复溜——肾炎医治早动手
交信——调理月经经验穴
筑宾——无毒身轻按筑宾
阴谷——女性健康有保障
肓俞——气滞胃痛首选穴
手厥阴心包经
天池——呼气通畅心情爽
天泉——心脏疾病莫要慌
曲泽——心脏供血不可忘
郄门——急性心绞痛克星
间使——如有心痛找间使
内关——失眠安神配神门
大陵——神经衰弱有大陵
劳宫——赔补心脏身健康
中冲——中暑休克急救星
手少阳三焦经
关冲——晕车呕吐配劳宫
液门——身体干燥不可少
中渚——诸多痛症显功效
阳池——消渴治疗不可少
外关——缓解牙痛配合谷
支沟——润肠通便按支沟
天井——治疗头痛有奇效
清冷渊——肘臂疼痛不可少
消泺——安神止痛好帮手
臑会——肩臂疼痛配臂臑
天牖——暴聋天牖与四渎
翳风——耳鸣耳聋天天揉
瘰脉——小儿惊风配长强
足少阳胆经

<<常见病特效穴位按摩图解>>

瞳子髎——美容祛皱葆青春
听会——常揉听会保听力
悬颅——偏头痛不再困扰
悬厘——三叉神经好轻松
率谷——常按摩防青光眼
浮白——耳科保健加浮白
风池——祛风止痛治感冒
肩井——肩周颈椎不痛苦
日月——胆囊疾病快缓解
京门——肾虚腰痛按京门
带脉——治疗带下经验穴
环跳——坐骨神经不再痛
风市——治疗风症关键穴
膝阳关——膝盖关节莫轻视
阳陵泉——筋骨强壮有力量
光明——养肝明目求光明
阳辅——腰膝关节的救星
悬钟——腰椎疾病配太溪
丘墟——腰胯疼痛配环跳
足厥阴肝经
大敦——焦躁情绪缓解穴
行间——拯救肝脏的义士
太冲——排毒养颜的功臣
蠡沟——难言之隐一扫光
曲泉——止带疗痒按曲泉
阴包——月经不调循阴包
章门——打响肝脏保卫战
期门——肝癌治疗保根本
督脉
长强——痔疮便血配命门
腰俞——腰椎间盘守护神
腰阳关——缓解各种腰脊病
命门——补肾壮阳配太溪
悬枢——腰肌劳损有悬枢
脊中——强腰健体好帮手
中枢——肝胆疾病不可少
身柱——疮疡治疗特效穴
大椎——清热退烧特效穴
哑门——失语喑哑缓解快
风府——风寒感冒病自除
脑户——头痛欲裂求脑户
强间——心烦意乱加承浆
后顶——脑部供血后顶帮
百会——健脑安神降血压
神庭——神清气爽更聪明
水沟——急救保命在水沟
任脉

<<常见病特效穴位按摩图解>>

曲骨——生殖保健不可少
中极——利水通淋好帮手
关元——延年益寿保健康
气海——恢复青春按气海
神阙——治肠胃炎消水肿
水分——治疗水肿见神效
下脘——人体健脾消食丸
建里——理气化滞配气海
中脘——肠胃疾病的福音
上脘——消化吸收有保障
巨阙——守护心脏保平安
鸠尾——消除疲劳好帮手
中庭——呕吐腹胀按中庭
膻中——胸闷气短莫慌张
玉堂——支气管炎按玉堂
紫宫——饮食不下配中庭
华盖——胸闷气短配膻中
璇玑——缓解咽肿与喉痹
天突——陈年哮喘求天突
常见病特效穴位按摩

内科病症按摩

感冒
咳嗽
哮喘
支气管炎
高血压
心绞痛
心律失常
胃下垂
胃脘痛
消化不良
呕吐
呃逆
肠胃炎
便秘
肝硬化
胆结石
胆囊炎
头痛
神经衰弱
失眠
健忘
抑郁症
坐骨神经痛
糖尿病
五官科病症按摩
牙痛

<<常见病特效穴位按摩图解>>

牙周炎
口疮
咽喉肿痛
过敏性鼻炎
白内障
近视
目赤肿痛
耳鸣耳聋
骨科病症按摩
落枕
颈椎病
肩周炎
腰椎间盘突出症
网球肘
风湿性关节炎
妇科、男科病症按摩
乳腺炎
月经不调
更年期综合征
前列腺炎
阳痿
梦遗

<<常见病特效穴位按摩图解>>

章节摘录

版权页：插图：穴位，又称为腧穴，是人体脏腑经络气血输注于体表的特定部位。

腧与“输”通，有转输的含义，“穴”即孔隙的意思。

远在新石器时代，我们的祖先就已经使用砭石来砭刺放血，割刺脓疡；或用其热熨、按摩、叩击体表；或在体表某一部位用火烤、烧灼等方法来减轻和消除伤痛。

久而久之，我们的祖先逐渐意识到人体的某些特殊部位具有治疗疾病的作用，这就是穴位发现的最初过程。

穴位不仅是气血输注的部位，也是邪气进入体内驻留的处所，因此是疾病防治的刺激点。

在病理状态下，穴位具有反映五脏六腑等病症的作用。

《黄帝内经》指出：“气穴所发，各有处名。”

其中记载了160个穴位名称。

晋代皇甫谧编纂的我国现存的针灸名著——《针灸甲乙经》，对人体340个穴位的名称、别名、位置和主治功效进行了详细的论述。

宋代王惟一编著了《铜人腧穴针灸图经》，并首创专供针灸教学与考试用的两座针灸铜人，其造型逼真，端刻精确，在中医临床上一直应用至今。

现代研究发现，穴位与神经相关联，某一穴位与某一脏器的神经往往同属于一个脊髓节段。

穴位与血管、淋巴管关系密切，穴位处的皮肤温度比其他部位的温度略高，穴位还与感觉神经有关。

研究者们相信，人体穴位既与神经系统密切相关，又与血管、淋巴管、肌肉、肌腱等组织有关。

经络与穴位的关系是：经络以穴位为据点，穴位则以经络为通道。

经络犹如火车的铁轨，穴位则为其线路上的一一个个车站。

<<常见病特效穴位按摩图解>>

编辑推荐

《常见病特效穴位按摩图解》附有常见病症的特效穴位按摩方法，图文并茂，为读者提供简便易学的治疗方法，以期获得更好的治疗效果。

《常见病特效穴位按摩图解》由曲宏编写，为读者提供一种更为简便快速的方法，准确找到每个穴位的位置及其主要治疗功效，以期获得更好的治疗效果。

<<常见病特效穴位按摩图解>>

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>