

<<对症取穴速查图典>>

图书基本信息

书名：<<对症取穴速查图典>>

13位ISBN编号：9787122098092

10位ISBN编号：7122098095

出版时间：2011-9

出版单位：化学工业

作者：王东坡 编

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>

<<对症取穴速查图典>>

内容概要

中医是中国传统文化的国粹，人体的每一条经络、每一个穴位都是灵丹妙药，只要运用得当，它就会为我们带来宝贵的健康财富。

本书介绍的经络穴位涵盖了十二正经、任督二脉、经外奇穴，弥补了市面上很多图书取穴不足的缺点。

每个穴位都详细介绍了其对症治病和保健养生的按摩方法，简单易懂、一用就灵。

而且本书还精心提炼了针对不同人群常见疾病的特效保健穴位的使用方法，老人、妇女、上班族都能找到适合自己 and 家人的调养方法。

无论是对症治病，还是日常的保健养生，您都可以根据书中介绍的穴位和手法，为自己及家人进行最自然、最方便、最有效的居家疗法。

<<对症取穴速查图典>>

作者简介

王东坡，北京中医药大学副教授、副主任医师、医学博士、国家级名老中医王琦教授博士研究生。

从事中医临床、教学、科研工作近30年，拥有扎实的理论功底和实践经验。先后发表学术论文30余篇，编著或参编学术专著及科普作20余部。其主编的《手耳足简易按摩》一书已畅销3年之久，深受读者好评。在按摩、针灸、刮痧、食疗、美容等方面有较深入的研究，对中医养生保健有着独到的体会和见解，现从事中医临床、中医体质学及中医养生学的研究工作。

<<对症取穴速查图典>>

书籍目录

第一章 经络乃人体之金矿 经络是五脏六腑的镜子 气血运行宛如一个环似的完整无缺 教你轻松找到穴位 最基本的按摩手法 这样刺激,效果加倍 经络穴位按摩注意事项第二章 手太阴肺经——气息通畅的总管 经脉循行路线 经脉循行脏腑 肺和肺经的作用 肺经上潜伏的疾病 保养肺经的最佳时间 肺经腧穴 中府—胸闷咳嗽中府收 云门—胸痛肩痛全拿下 天府—天府鼻炎的克星 侠白—缓解肋间神经痛 尺泽—清肺泄热 孔最—久坐不痔的秘诀 列缺—碯、正头痛都不怕 经渠—赶走牙痛的困扰 太渊—让气血通畅 鱼际—失声莫担心 少商—感冒不再烦第三章 手阳明大肠经——人体淋巴系统的保护神 经脉循行路线 经脉循行脏腑 大肠和大肠经的作用 大肠经上潜伏的疾病 保养大肠经的最佳时间 大肠经腧穴 商阳—调节肠胃功能 二间—腹胀找二间 三间—止痛治痔疮 合谷—昏迷不用怕合谷唤醒他 阳溪—头痛眼疾一扫光 偏历—防治脑中风 必卧—快速止鼻血 下廉—手臂的保护神 上廉—清肠排毒 手三里—常按增强免疫力 曲池—感冒发热不用愁 肘髎—肘部疾病的克星 手五里—护肩能手 臂臑—眼睛的保健师 户髎—预防关节炎 巨骨—缓解肩臂疼痛 天鼎一治疗扁桃体炎 扶突—咳嗽气喘找扶突 口禾髎—抛掉鼻疾的烦恼 迎香—治疗一切鼻疾的特效穴第四章 足阳明胃经——人体的后天之本第五章 足太阴脾经——滋阴养血,百病不生第六章 手少阴心经——掌管人体生死的君王第七章 手太阳小肠经——反映心脏能力的镜子第八章 足太阳膀胱经——通达人体全身的水道第九章 足少阴肾经——人体健康的根本第十章 手厥阴心包经——护卫心主的大将军第十一章 手少阳三焦经——捍卫头脑安全第十二章 足少阳胆经——具有神奇养生功用的经脉第十三章 足厥阴肝经——修身养性的关键第十四章 任脉——女性妊养的总管第十五章 督脉——调节阳经气血的总督第十六章 经外奇穴——对症治疗,效果神奇第十七章 父母是孩子最好的医生第十八章 献给老年人的长寿经第十九章 呵护男性的明第二十章 远离更年期的烦恼第二十一章 气血不虚,轻松做女人第二十二章 轻松对抗孕期不适附录:十四经脉腧穴及经外奇穴笔画索引

<<对症取穴速查图典>>

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>