

<<经络按摩一学就会>>

图书基本信息

书名：<<经络按摩一学就会>>

13位ISBN编号：9787122099204

10位ISBN编号：7122099202

出版时间：2011-6

出版单位：化学工业

作者：付国兵 编

页数：132

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>

## <<经络按摩一学就会>>

### 内容概要

我们为什么会生病？

生病的原因可能有成千上万种，但是都会和气血运输不畅相关，为什么气血会运行不畅？

因为运输气血的沟渠——经络被瘀阻甚至堵上了，“人若千亩粮田，医若大禹治水”，通过对经络和穴位的按摩，达到气血通畅的目的，是中医治疗的重要手段。

《经络按摩一学就会》详细介绍了人体14条生命线——14条主要经络的循行穴位、功效和按摩保养方法，使我们普通人回家就可以学习如何疏通经络，养生防病。

《经络按摩一学就会》由付国兵编著。

<<经络按摩一学就会>>

作者简介

付国兵教授，硕士生导师。

中华中医药学会推拿分会副主委。

中华中医药学会疼痛分会常务委员。

北京市按摩学会秘书长。

北京中医药学会推拿分会副主任委员。

北京中医药大学东方医院传统医学诊疗中心主任、按摩理疗科主任。

1983年毕业于北京中医药大学，二十多年来一直从事医疗、教学、科研工作。

曾著有多本著作及发表多篇学术论文，擅长治疗颈椎病、肩周炎，腰椎间盘突出、腰椎骨质增生及内妇科疾病。

著有多本著作及发表多篇学术论文。

<<经络按摩一学就会>>

书籍目录

- 第一章 经络是灌溉人体的通道
- 第二章 手太阴肺经
- 第三章 手阳明大肠经
- 第四章 足阳明胃经
- 第五章 足太阴脾经
- 第六章 手少阴心经
- 第七章 手太阳小肠经
- 第八章 足太阳膀胱经
- 第九章 足少阴肾经
- 第十章 手厥阴心包经
- 第十一章 手少阳三焦经
- 第十二章 足少阳胆经
- 第十三章 足厥阴肝经
- 第十四章 任脉
- 第十五章 督脉

## &lt;&lt;经络按摩一学就会&gt;&gt;

## 章节摘录

十二经筋——人体的地下水和泉眼，联系肉与骨的纽带 经脉是气血的大河，气血旺盛的地方，对周围的筋肉有濡养的作用，所以，在经脉周围就有相当于地下水和泉眼一样的筋肉，全身筋肉按经络分布部位同样分成手足三阴三阳，即十二经筋。

十二经筋的分布特点是：它们联属于十二经脉，起于四肢末端，走向头身，结聚于关节和骨骼部，有的散布于浅部，有的进入胸腹腔，但不像经脉那样属络于脏腑。

十二经筋之间的联系除在头、面、胸、腹部结合外，还在各经循行于踝、胭、膝、股、髀、臀、腕、肘、腋、臂、肩、颈等关节或筋肉丰满处，与邻近的他经相连接，尤其是足厥阴经筋，不仅结于阴器，并能总络诸筋。

从经筋的分布和联络情况来看，经筋同肌肉的关系是很密切的。

经筋的作用是联络筋肉，约束骨骼，利于关节的屈伸，保持人体正常的运动功能，维持人体正常的体位姿势。

十五络脉——蜘蛛网一样密布全身的灌溉网络 大河、支流水虽然大，但是无法将水直接用来灌溉农田，还需要大大小小的溪流、沟渠，才能把水输送到每一寸土地。

十二正经、十二经别、奇经八脉这些身体里大大小小的河流还需要密集的引水渠才能把气血输送到身体的每一个角落，这些大小密布全身的“引水渠”就是络脉。

经脉与络脉共同组成了人体完整的经络系统，担负着全身气血的运输、浇灌。

十二正经是联通脏腑和四肢，脏腑在内，这十二条气血的大河都是在四肢的部位分岔进入全身，所以十二正经分出来的十二条络脉都是从手足部分开始的，主要起沟通表里两经和补充经脉循行不足的作用。

十二经脉在四肢部各分出一络，再加躯干前的任脉络，躯干后的督脉络及躯干侧的脾之大络，共计十五条，称“十五络脉”。

其中十二络脉在四肢部从相应络穴分出后均走向相应的表里经，躯干部三络则分别分布于身前、身后和身侧。

躯干部部的三络，起渗灌气血的作用。

络脉和经别都是经脉的分支，均有加强表里两经联系的作用，所不同者，经别分布较深，无所属腧穴，也无所主病症；络脉分布较浅，各有一络穴，并有所主病症。

……?

<<经络按摩一学就会>>

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>