

<<图解经穴按摩与常见病防治>>

图书基本信息

书名：<<图解经穴按摩与常见病防治>>

13位ISBN编号：9787509149287

10位ISBN编号：7509149282

出版时间：2012-4

出版时间：人民军医出版社

作者：王强虎

页数：231

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>

<<图解经穴按摩与常见病防治>>

内容概要

编者以经穴按摩防病治病为中心，介绍了中医经穴按摩的基础知识及常用穴位、常见疾病的选穴和经穴按摩的方法，并配有相应的图示和要点说明，使经穴按摩基本操作一目了然。

《图解经穴按摩与常见病防治》简明扼要，注重实用性和科学性，便于读者学习实践，适用于广大民众将中医保健法运用到家庭日常生活中，同时可供临床中医师、中医院校学生、中医爱好者阅读参考。

<<图解经穴按摩与常见病防治>>

作者简介

王强虎，主任医师，国内著名养生学专家，健康类畅销书作者，现为全国针灸临床研究中心陕西中心副主任。

出版著作80余部，其主要著作不但畅销于大陆，且多部图书的版权输出到港、台地区，5种图书获全行业优秀图书对外输出奖，2008年《拯救猝死》一书获全行业畅销书图书奖，2010年主持的《中国针灸对外交流通鉴》获国家出版基金资助。

2009年至2010年连续两年主持陕西省人力资源社会保障厅《健康送专家》三部图书编写工作，2009年著的《孙思邈养生长寿之道》入选陕西历史文化百部丛书。

让每个人都健康的生活是作者的恒久信念。

<<图解经穴按摩与常见病防治>>

书籍目录

第1章 经络穴位按摩基础知识 一、什么叫按摩 二、常用的经穴按摩手法有哪些 (一)点法 (二)揉法 (三)掐法 (四)捏法 (五)击法 (六)一指禅推法 (七)捻法 (八)按法 (九)推法 (十)摩法 (十一)擦法 (十二)搓法 (十三)拍法 (十四)攘法 (十五)压法 (十六)拿法 (十七)抹法 三、按摩的基本作用有哪些 四、按摩对手法有哪些要求 五、按摩对体位有哪些要求 六、按摩递质如何选用 七、按摩点穴的注意事项有哪些 第2章 经络理论与常用点穴穴位 一、经络与经络系统的组成 二、经络真的存在吗 三、穴位是气血输注于体表的部位 四、穴位的分类 五、穴位的治疗作用 六、点穴如何找穴位——四种穴位定位法 七、手太阴肺经——人体调气的主要通道 (一)中府穴 (二)列缺穴 (三)太渊穴 (四)鱼际穴 (五)少商穴 八、手阳明大肠经——保护胳膊的排泻气血通道 (一)二间穴 (二)三间穴 (三)合谷穴 (四)阳溪穴 (五)手三里穴 (六)曲池穴 (七)肩髃穴 (八)迎香穴 九、足阳明胃经——人体后天生成气血的大通道 (一)四白穴 (二)地仓穴 (三)颊车穴 (四)下关穴 (五)头维穴 (六)梁门穴 (七)太乙穴 (八)滑肉门穴 (九)天枢穴 (十)水道穴 (十一)梁丘穴 (十二)犊鼻穴 (十三)足三里穴 (十四)上巨虚穴 (十五)下巨虚穴 (十六)条口穴 (十七)丰隆穴 (十八)内庭穴 十、足太阴脾经——运化食物精微的气血通道 (一)太白穴 (二)公孙穴 (三)三阴交穴 (四)阴陵泉穴 (五)血海穴 (六)大横穴 十一、手少阴心经——通调神智的气血通道 (一)极泉穴 (二)少海穴 (三)通里穴 (四)神门穴 十二、手太阳小肠经——疏通经气的护肩气血通道 (一)少泽穴 (二)后溪穴 (三)天宗穴 (四)乘风穴 (五)天容穴 十三、足太阳膀胱经——护佑全身的气血通道 (一)睛明穴 (二)攒竹穴 (三)玉枕穴 (四)大杼穴 (五)风门穴 (六)肺俞穴 (七)心俞穴 (八)膈俞穴 (九)肝俞穴 (十)脾俞穴 (十一)胃俞穴 (十二)肾俞穴 (十三)膀胱俞穴 (十四)委中穴 (十五)膏肓穴 (十六)秩边穴 (十七)承山穴 (十八)飞扬穴 (十九)昆仑穴 (二十)申脉穴 (二十一)至阴穴 十四、足少阴肾经——滋养脏腑的补水通道 (一)涌泉穴 …… 第3章 经穴按摩临床应用

<<图解经穴按摩与常见病防治>>

章节摘录

版权页：插图：一、什么叫按摩 按摩是应用手或肢体的其他部位，在患者体表特定的部位和穴位上，施以特定的技巧动作，达到防治疾病的目的。

按摩是一种适应证十分广泛的物理疗法，属养生家的外治法范畴，按摩已有数千年的历史。

可以由他人按摩，也可以自我按摩，不受时间、环境、条件的限制。

应用按摩防病、治病、健身益寿。

按摩疗法主要是应用特定手法作用于人体体表的穴位及其他特定部位，改变疾病的病理生理过程，使疾病症状缓解或消除，加速疾病康复。

按摩疗法的基本原理是疏通经络、行气活血，具有安全有效、简便易行的特点。

点穴疗法与针灸按摩同出一辙，实际上是以指代针，以传统中医的阴阳五行学说、脏腑经络学说、卫气营血学说等基本理论为指导，依据辨证论治的原则，用双手在患者体表特定穴位上采用点、按、揉、压、提、捏、拿、擦、推、摩、（）、掐等手法对穴位施加刺激，从而达到养生保健、治疗疾病的一种方法。

中医学认为，点穴疗法具有平衡阴阳、疏通经络、调理气血、调整脏腑功能等作用。

现代医学研究也证实，点穴疗法对人体的循环系统、呼吸系统、消化系统、内分泌系统、免疫系统、神经系统、运动系统、皮下组织以及人体的能量系统、信息系统均有很好的调节作用。

加之点穴疗法不用针、不用药，方便快捷，治疗范围广，疗效显著，颇受大众欢迎，尤其在缺医少药的地区或家庭保健治疗方面更有其独特的优势。

二、常用的经穴按摩手法有哪些 点穴手法很多也很复杂，有时用一法或数法配合使用。

临床上常用的点穴手法，概括起来有以下几种。

（一）点法用拇（示、中）指端、肘尖、拇（示、中）指的近端指间关节屈曲突起部位点按某一位或穴位称为点法。

有拇（示、中）指点、肘尖点、屈指点。

<<图解经穴按摩与常见病防治>>

编辑推荐

《图解经穴按摩与常见病防治(经典珍藏版)》适用于广大民众将中医保健法运用到家庭日常生活中，同时可供临床中医师、中医院校学生、中医爱好者阅读参考。

<<图解经穴按摩与常见病防治>>

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>