

<<图解人体经络实用手册>>

图书基本信息

书名：<<图解人体经络实用手册>>

13位ISBN编号：9787510804885

10位ISBN编号：7510804884

出版时间：2010-7

出版时间：九州

作者：杨道文 编

页数：302

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>

## <<图解人体经络实用手册>>

### 前言

说到经络，很多人都觉得这是很神秘的东西，我们一般人是很难了解和掌握的。其实，经络的学问并不如一般人想象的那么神秘，它就是中医学基础理论的核心理论之一，源于远古，服务当今。

同时，又因为它是人体气血运行的通道，故从这里出发，还衍生出很多与经络有关的东西，如各种气功功法、点穴术，以及武侠里各门各派的神奇武功等。

这些均需要依靠经络系统才能完成它们的学说。

经络联系脏腑肢节，沟通内外上下，遍布全身，形成一个纵横交错的联络网，把人体的五脏六腑、肢体官窍以及皮肉筋骨等联结成一个统一的有机整体。

因此《黄帝内经》载：“经脉者，人之所以生，病之所以成，人之所以治，病之所以起”，并有“决生死，处百病”之特能。

经络理论对指导中医各科实践有着决定性的作用，古人有言：“学医不知经络，开口动手便错，盖经络不明，无以识病症之根源，究阴阳之转变……昔人望而知病者，不过熟其经络故也。

经络为识病之要道。

” 综观人类的疾病，大多与经络有关。

因为人体经络是人的生命线，它维系着人的五脏六腑、四肢百骸，是中医处病之根本，而“调虚实”即是治病养生之关键。

## <<图解人体经络实用手册>>

### 内容概要

在马王堆帛书、张家山竹简和绵阳木人经络模型等出土文物中，涉及了三种古老的医疗手段：一个是灸法(选用艾草对人体某部位进行薰、熨、灼、烫以消除病痛的医疗手法)，一个是砭术(用石豆刺割或按压体表治病的一种医术)，另一个就是导引术(一种古老的气功)，而经络就是这三种医术施用时所借助的途经。

本书为读者全面解读人体的经络系统，包括十二经脉、奇经八脉、详细介绍每条经脉的重要穴道。经络治病是简单实用、非药物纯自然疗法，掌握了经络治病，将不必担心手术、西药的副作用，不必害怕中药苦口。

美容、养生、长寿，是现代人的无上追求，而利用经络养生护生，将使你有更强健的体魄。

## <<图解人体经络实用手册>>

### 作者简介

杨道文，河南邓州市人。  
河南中医学院硕士。  
北京中医药大学医学博士、教授。  
长期从事临床教学研究工作，临床有一定造诣。  
尤其善于运用中医药治疗肺纤维化、肺心化、哮喘，临床疗效显著。  
现为中日友好医院主任医师，北京中医药大学硕士研究生导师。

## &lt;&lt;图解人体经络实用手册&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 经络探幽1.经络——气血运行的载体2.经络的重要性——凡学医之人，不懂经络，开口动手便错3.历史溯源——经络的产生4.病于内，治于外——沟通内外，网络全身5.经络治未病——中国古代先进的预防医学6.中医号脉，号的是什么脉——经络与脉学7.经络·阴阳·五行——中医的天人相应观8.脏腑配属经络——以气血为中介的联结9.气功——经络的一体双生10.揭开经络的神秘面纱——高手神功真面目11.扁鹊——脉学初祖12.《黄帝内经》——《灵枢》、《素问》里的经络学说13.皇甫谧与《针灸甲乙经》——针灸学之祖14.王惟一——宋代铜人腧穴的发明者15.李时珍的经络学说——《奇经八脉考》16.现代经络学——当今经络研究发展现状

第二章 经络图谱1.经络腧穴——珍珠链上的珍珠2.命名法——腧穴取名，其意也深3.腧穴分类——经穴、奇穴、阿是穴4.特定穴——具特殊作用的经穴5.四总穴、同阳九穴——人体生命之根6.如何寻找腧穴——经穴定取法7.标本根结、气街四海——经络腧穴的联系8.打通奇经八脉，是困难的吗——大小周天气功功法9.手太阴肺经——主管宣发通畅的经络10.手厥阴心包经——保护心脏，阻止邪气入侵11.手少阴心经——心志的专职护士12.手阳明大肠经——治疗头面上肢疾病的好帮手13.手少阳三焦经——气盛则宜，调气护脑14.手太阳小肠经——舒筋活络，有容乃大15.足阳明胃经——消化吸收，人体后天所本16.足少阴阳胆经——肝胆的守护神17.足太阳膀胱经——体液代谢，筋络之本18.足厥阴肝经——人体气机条畅的护理师19.足少阴肾经——藏精纳气，先天所本20.足太阴脾经——运化水谷，营养全身21.任脉：强身健体，延缓衰老的经络22.督脉：总督一身阳经，调节阳经气血

第三章 经络对症施治1.病与症——症现于四肢五官，病存于五脏六腑2.人体疾病的病凶——外感六淫是百病之源3.情志致病——情绪也是导致疾病的一大祸首4.看面相，知病原——面部诊疗法5.经络疗病法一——经络推拿6.经络疗病法二——经络针灸治疗7.经络疗病法三——经络拔罐与刮痧8.颌椎病——手三阳经、胸大椎9.骨质增生——环跳、尺泽10.高血压——百会、涌泉11.胃肠病及消化不良——足三里、上巨虚、下巨虚12.近视与疲劳——风池、睛明、四白、承泣13.头痛——天池、膻中、极泉14.感冒——曲泽、太阳、迎香15.鼻炎——上星、迎香16.口腔溃疡——列缺、太冲17.痛经——关元、足三里、地机、三阴交18.失眠——神阙、涌泉19.忧郁症——极泉、昆仑、膻中、天池20.肥胖症——髀关、伏兔、梁丘、足三里21.哮喘——膻中、肺俞、定喘22.耳鸣耳聋——翳风、听会、听宫23.阳痿——地神、命门、肾俞24.便秘——支沟、关元、天枢25.妇科炎症——带脉26.面斑、痘痘——曲池、合谷、鱼际

第四章 经络养生1.中医与天人合一学说——经络养生的基础2.元气——人体生命活动的原动力3.经络·阴阳——阴阳平衡是健康之本4.春季重护肝——发陈生长5.夏季重护心——蕃秀茂盛6.长夏重养脾——暑湿主化7.秋季须润肺——荣平收敛8.冬季重补肾——闭藏伏匿9.经络美容——新型的关容养颜方

附录古代人体部位名称今释经络腧穴歌诀十二经治症主客原络八脉八穴治症歌

## &lt;&lt;图解人体经络实用手册&gt;&gt;

## 章节摘录

**特定穴** 具特殊作用的经穴 在十四经穴中有一些具特殊性能和治疗作用的穴道，它们有特定的称号，称为特定穴。

根据这些穴道不同的分布特点、含义和治疗作用，可分为“五输穴”、“原穴”、“络穴”、“郄穴”、“背俞穴”、“募穴”、“下合穴”、“八会穴”、“八脉交会穴”和“交会穴”10类，这些穴道使用频率很高，掌握它们的分类还是非常重要的。

1.五输穴：十二经脉分布在肘、膝关节以下的五个特定腧穴，即“井、荥、输、经、合”穴，称“五输穴”。

古人把经气运行过程用自然界的水流由小到大、由浅入深的变化来形容，把五输穴按井、荥、输、经、合的顺序，从四肢末端向肘、膝方向依次排列。

“井”穴多位于手足之端，喻作水的源头，是经气所出的部位，即“所出为井”；“荥”穴多位于掌指或趾关节之前，喻作水流尚微，萦纤未成大流，是经气流行的部位，即“所溜为荥”；“输”穴多位于掌指或趾关节之后，喻作水流由小而大，由浅注深，是经气渐盛，由此注彼的部位，即“所注为输”；“经”穴多位于腕、踝关节以上，喻作水流变大，畅通无阻，是经气正盛运行经过的部位，即“所行为经”；“合”穴位于肘、膝关节附近，喻作江河水流汇入湖海，是经气由此深入，进而会合于脏腑的部位，即“所入为合”。

五输穴是常用要穴，为古今医家所重视，临床上如井穴可用于治疗神志昏迷；荥穴可用于治疗热病；输穴可用于治疗关节痛；经穴可用于治疗喘咳；合穴可用于治疗六腑病症等。

2.原穴：十二经脉在腕、踝关节附近各有一个重要经穴，是脏腑元气经过和留止的部位，称为“原穴”，又称“十二原”。

“原”含本原、元气之意，元气导源于肾气，是人体生命活动的原动力，通过三焦运行于脏腑，为十二经脉维持正常生理功能之根本。

脏腑发生病变时，会相应地反映到原穴上来，针刺原穴能使三焦元气通达，从而发挥其维护正气、抗御病邪的作用，说明原穴有调整其脏腑经络虚实各症的功能。

3.络穴：络脉从经脉分出的部位各有一个腧穴，称为络穴。

“络”有联络、散布之意。

十二经脉各有一个络穴，位于四肢肘、膝关节以下；任脉络穴鸠尾位于上腹部；督脉络穴长强位于尾骶部；脾之大络大包穴位于胸胁部。

十五络穴除了可以治疗本络脉病症之外，还能兼治表里两经病症，因为十二络脉具有联络表里两经的作用，即“一络通二经”。

比如列缺是手太阴肺经的络穴，既可治疗手太阴肺经的咳嗽、胸痛、喉咙痛等病症，又可治疗手阳明大肠经的面瘫、鼻塞、头痛等病症，所谓“头项寻列缺”是也。

络穴还可配合原穴使用，即原络配穴法或主客配穴法。

4.郄穴：“郄”读隙，与隙之义通，有空隙之意，是各经经气深藏之所。

十二经脉各有一个郄穴，奇经八脉中的阴、阳、阴维、阳维脉也各有一个郄穴，共有十六个。

除胃经的梁丘之外，都分布于四肢肘、膝关节以下。

脏腑经络功能失调，在四肢出现明显压痛等异常现象的部位都是这样的郄穴。

十六郄穴可治疗本经循行部位及所属脏腑的急性病症，其中阴经郄穴多治血症，阳经郄穴多治痛症。

郄穴还可配合八会穴使用，即郄会配穴，如足阳明胃经郄穴梁丘配腑会中脘治疗急性胃脘痛，疗效极好。

5.背俞穴：脏腑经气输注于背腰部的腧穴，称为背俞穴，简称俞穴。

“俞”，有转输之意，即脏腑气血由内向外注入此处，并由此转输于彼。

背俞穴位于背腰部足太阳膀胱经的第一侧线上，六脏六腑各有一背俞穴，大体依脏腑位置上下排列，共十二穴。

由于背俞穴与各自所属脏腑有密切关系，因此常常用来治疗相应脏腑及其组织器官的病症。如肺之背俞穴肺俞治疗咳喘、寒热，心之背俞穴心俞治疗心痛、心悸等。

## &lt;&lt;图解人体经络实用手册&gt;&gt;

又五脏与五官相互联系，故亦可治疗相应组织器官的病症，如心开窍于舌，因此心的背俞穴心俞可治疗口舌生疮等。

背俞穴还可配合募穴使用，称为俞募配穴，以强化治疗相应脏腑的病症。

6.募穴：脏腑之气会聚于胸腹部的腧穴，称为“募穴”，又称为“腹募穴”。

“募”，有聚集、会合之意，即脏腑气血由内向外会聚于此。

六脏六腑各有一募穴，共十二个。

募穴均位于胸腹部有关经脉上，其位置与其相关脏腑所处部位相近。

募穴与相应脏腑关系密切，因此可治疗相应脏腑的疾病，如肺之募穴中府治疗咳喘、寒热，心之募穴巨阙治疗心痛、心悸等。

7.八会穴：是指人体脏、腑、气、血、筋、脉、骨、髓等精气聚会的八个腧穴，其中脏、腑、气、血、骨之会穴位于躯干部；筋、脉、髓之会穴位于四肢部。

八会穴与所属的八种脏器组织的生理功能有密切关系。

其中脾主运化水谷精微，五脏六腑四肢百骸皆靠脾来养，是后天之本，气血生化之源，五脏皆禀于脾，章门为脾之募穴，故为脏之会穴。

胃为太仓，主受纳，故为水谷气血之海，与脾合称后天之本，六腑皆禀于胃，中脘为胃之募穴，故为腑之会穴。

膻中为宗气之所聚，是为“气海”，为心包之募穴，故为气之会穴。

膈俞位于心肝俞穴之间，心主血，肝藏血，故为血之会穴。

大杼为骨之会穴，因其近于椎骨（柱骨之根）故也。

阳陵泉是胆经的合穴，肝与胆相表里，而肝主筋，膝为筋之府，故称阳陵泉为筋之会穴。

太渊为手太阴经之原，居于寸口，为脉之大会，肺朝百脉，故为脉之会穴。

绝骨为髓之会穴，因其属于胆经，胆主骨所生病，骨生髓故也。

八会穴可治疗相应脏腑组织的病症，如诸血症，可取血会膈俞；诸气症，可取气会膻中；筋缩痿挛，可取筋会阳陵泉；骨节疼痛，可取骨会大杼等。

8.八脉交会穴：十二经脉与奇经八脉经气相通的八个腧穴，称为“八脉交会穴”，又称“交经八穴”，均位于腕、踝部上下。

八脉交会穴都是十二正经上的腧穴，奇经八脉借此与十二经脉经气相通。

八脉交会穴既可治疗所属十二经脉的病症，也可治疗与之相通的奇经八脉的病症，如足太阴脾经上的公孙通冲脉，故可治疗足太阴脾经病症，又可治疗胸腹气逆等冲脉病症等。

9.下合穴：是指六腑之气下合于下肢足三阳经的六个腧穴，其中胃、胆、膀胱的下合穴位于本经。

又“大肠、小肠皆属于胃”，所以，大肠、小肠的下合穴在胃经上。

膀胱主藏津液，三焦主水液代谢，故三焦与膀胱关系密切，因此，三焦的下合穴在膀胱经上。

下合穴可治疗六腑病症，如足三里治疗胃脘痛，下巨虚治疗泄泻等。

10.交会穴：指两经或数经经脉交会或会合处的腧穴。

交会穴多分布于头面、躯干部。

交会穴不但能治本经的疾病，还能兼治所交会经脉的疾病。

如关元、中极是任脉的经穴，又与足三阴经相交会，这样既可以治任脉的疾患，又可治足三阴经的疾患。

八脉交会穴与交会穴是不同的腧穴，八脉交会穴只是十二经脉与奇经八脉的经气相通之处，而交会穴则是相关经脉循行路线的实质性交会。

.....



## <<图解人体经络实用手册>>

### 编辑推荐

《图解人体经络实用手册》为读者解说人体的经络系统，包括十二经脉、奇经八脉，以及与经络相关的各种知识。

同时，详细介绍每条经脉上的重要穴道。

对这些穴道可以治疗人体的各种疑难杂症均有专门介绍。

中医治病是从整体观念出发，实施辩证论治，以扶助人体正气，增强免疫功能又兼顾局部治疗。

经络养生护生是当今热门有效、简单易学的最佳方法。

利用经络治病、美容，既经济又易行。

四百余幅精美插图。

独一无二，简洁易懂的图表说明。

为读者带来轻松的学习旅程。

精彩篇章任脉：强身健体。

延缓衰老的经络手太阳小肠经：舒经活络，有容乃大春季重护肝：发陈生长督脉：总督一身阳经，调节阳经气血足少阳胆经：肝胆的守护神秋季须润肺：荣平收敛。

解开中医奥秘。

一窥经络法门。

学医不懂经络，开口动手便错。

经络是叩开中医之门的钥匙，了解经络知识并不难，重要的是要掌握方法。

综观人类之疾病，大多与经络有关，因为经络是人的生命线。

经络维系着人体的五脏六腑、四支百骸，是中医治疗之本。

也是治病养生关键之所在。



<<图解人体经络实用手册>>

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>