

<<手到病除学经络>>

图书基本信息

书名：<<手到病除学经络>>

13位ISBN编号：9787535956132

10位ISBN编号：7535956130

出版时间：2012-3

出版时间：广东科技

作者：陈华丰

页数：169

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>

<<手到病除学经络>>

内容概要

《手到病除》一书易学易懂、疗效显著，用您一双手就可以治病防病，轻松学会经络点穴。本书从四个方面讲解了点穴疗法的妙用：

- (1) 点穴疗法的基本知识；
- (2) 身体各部位常见疾病的点穴疗法；
- (3) 通过点穴进行减肥、美容的方法；
- (4) 通过点穴进行日常保健的方法。

<<手到病除学经络>>

作者简介

陈华丰，著名医学家，出生于中医世家。

现为国际针灸联合会理事、国际医学交流促进会专家组顾问、“名医堂”创始人。

长期从事医学研究的学者，著有《观面无隐私》、《芒针现代临床应用》、《陈氏血压三焦学说》、《回春有术》、《家庭食疗百食通》等医学专著和科普读物。

医药产品领域的发明家，发明有“红石谷系列养生酒”、“佛龙宝抗癌胶囊”、“陈氏护心腕”、“陈氏哮喘帖”、“陈氏降压一帖”、“名医堂美容治疗仪”、“陈氏一次性针灸针”等重大研究成果。

<<手到病除学经络>>

书籍目录

第一章 善用一双手，做自己的医生

提到点穴，很多人会想到武侠影视中令人无法动弹的功夫。

中医的点穴不是制服人的武功，而是治疗疾病的一种方法，那么什么是点穴疗法？

怎样进行点穴呢？

本章介绍了治疗不孕的关元、子宫、大赫、秩边、八髎、太溪6个穴位，以及常用的足三里、委中、列缺、合谷等穴位。

- 一 按按穴位生个娃
- 二 这就是点穴疗法
- 三 点穴疗法常用刺激线

第二章 健康的头部最重要

头部有人体的脑和五官，头部疾病种类繁多，头部生病了该怎么治疗呢？

除了扎针、吃药外，你还可以给自己点穴治疗。

针对不同的疾病，治疗时所取的穴位也不尽相同。

本章介绍了疾病及治疗的主要穴位及一些穴位组合。

- 一 头痛难忍有办法
- 二 按压合谷不再牙痛
- 三 揉揉神门睡得香
- 四 神经衰弱捶捶背
- 五 防治瘰疬按哪里
- 六 近视点穴，还视野一片清晰
- 七 纠正斜视，点穴有方
- 八 鼻炎按哪个穴位
- 九 点哪个穴位不再耳鸣
- 十 按按关节好吃饭
- 十一 掐指甲根防治中暑
- 十二 面神经麻痹怎样点穴
- 十三 中风偏瘫点点穴
- 十四 点哪里促进脑挫伤恢复

第三章 胸腹部疾病的黄金穴位

胸腹部疾病困扰着很多人群，常年感冒怎样防治？

呃逆、呕吐如何祛除？

腹痛、便秘有何良方？

其实，人体有很多治疗疾病的“黄金穴位”，如果应用得当，即使没有芒针，用一双手也可以将病治好。

- 一 点哪里防治感冒
- 二 急性喉炎、扁桃体炎怎么办
- 三 呃逆真尴尬，点穴来化解
- 四 呕吐按哪里
- 五 腹痛就按足三里

<<手到病除学经络>>

- 六 急性胃肠炎点什么穴
- 七 分型治便秘，点穴来帮忙
- 八 痔疮好辛苦，轻松点穴除
- 九 慢性胆囊炎怎样点穴好
- 十 岔气就要点肋间

第四章 怎样稳固生命的支柱

脊椎位于人体的背部，是我们生命的支柱。

随着生活压力的增大，腰背部的脊椎病变、腰肌损伤、肩周炎等疾病困扰着越来越多的人。

在医院接受治疗之余，怎样能让病情恢复得更快呢？

本章介绍了腰背部疾病的点穴、复位与按摩等

方法，用一双手为您祛除病痛。

- 一 腰肌损伤点穴除
- 二 软组织小关节综合征怎样点穴治疗
- 三 胸椎旋转性损伤怎么办
- 四 神奇点穴治腰椎间盘突出症
- 五 坐骨神经痛点什么穴
- 六 点穴位治颈椎
- 七 一点就好治落枕
- 八 肩周炎不能忽视的几个穴位

第五章 运动四肢，不可不调

人的运动离不开灵活的四肢，四肢的健康对人体来说必不可少，但是很多人却为损伤病变的四肢所苦。

踝关节扭伤了该怎样复位？

怎样做能促进损伤的四肢神经恢复？

截瘫的病人站起来用什么方法？

- 一 脚踝扭伤点何穴
- 二 小腿抽筋怎么办
- 三 脚跟痛了点穴治
- 四 手上关节韧带损伤点阿是
- 五 腱鞘炎该点什么穴
- 六 膝关节韧带损伤按痛线
- 七 外伤性截瘫怎么办
- 八 点穴治疗股及坐骨神经损伤
- 九 桡神经损伤点何穴

第六章 赢在生命的起点

每个人都从孩童一步步成长而来，如果在生命的起点，不那么羸弱、不那么矮小、有着健康的身体，这样的人会不会更加辉煌？

疼爱孩子的父母们，伸出你们慈爱的双手，给孩子一副健康的身体吧，因为只有健康的宝宝，才能拥有

幸福的人生！

- 一 按哪里孩子更聪明
- 二 点哪个穴位孩子长更高
- 三 健康脾胃点出来
- 四 点穴退烧又快又安全

<<手到病除学经络>>

五 小儿遗尿点哪里

第七章 健康的女人最美丽

女人如花，只有精心呵护、保持健康才能绽放出她全部的美丽。

但是据调查70%~80%的女性有不同程度的乳腺增生，并且很多女性都为月经所苦恼，更毋论大部分人都要经历的更年期综合征了。

小毛病可能引发大问题，面对疾病，不能存有任何侥幸心理，这些“小毛病”该怎样祛除呢？有什么简便易行的方法吗？

一 点穴让你月月舒心

二 乳腺增生点点穴

三 胎位不正揉至阴

四 点穴度过更年期

第八章 家庭顶梁柱怎能倒

男子汉大丈夫向来被认为是一个家庭的顶梁柱，男人担负着如此重任，若是生病了该怎么办呢？

自然不能讳疾忌医，任病魔侵袭身体。

所诉求人不如求己，生病了可以去看医生，当然还可以寄希望于自己的双手来“手到病除”！

一 点穴练功防遗精

二 阳痿、早泄按哪里

三 拍拍小腹治不育症

四 前列腺增生点何穴

第九章 老人养生的秘诀

随着年龄的增长，老年人的身体机能会逐渐下降。

所谓“年老体衰”，很多老年人和被疾病所困扰。

那么人老了是不是就一定会生病呢？

老年病是不是不能治愈的呢？

当然不是！

老当益壮的名中医们留给我们一个秘诀——用点穴疗法防病治病。

一 哮喘可根治，点穴来帮你

二 点穴护血压

三 哪个穴位降血脂

四 6个穴位保心平安

五 多年糖尿病按哪个穴位

六 昏厥急救3个穴

第十章 怎样按美容、减肥

谁不想面如美玉，谁不想青春靓丽，谁不想保持少女般身材？

中医点穴手

法安全可靠，帮您留住时间的脚步，恢复靓丽的容颜，保持青春的体态。

一 养颜美白按四白

二 怎样按可以减肥

第十一章 动动手指多活十年

人的正常寿命有多长？

中医学中常有“人生160岁”之说，在乾隆盛世有“花甲重逢再添三七岁月，古稀双庆又多一个春秋”（141岁）的颂词，科学表明，人的正常寿命应该能活到120~125岁。

<<手到病除学经络>>

现在单说日本，活到百岁以上的老人
就有5 000多人，但是他们都被视为寿星，是什么原因缩短了人类的寿命？
在日常生活中该以怎样的方式活出人类的正常寿命？

- 一 日常保健，点穴三步走
 - 二 每天半小时，保健又延寿
 - 三 上班族的简单保健
- 附录 经络归类
- 一 十二经治症主客原络
 - 二 八脉八穴治症歌
 - 三 常用穴位图表
- 参考文献
后记

<<手到病除学经络>>

媒体关注与评论

1.中医入门易，提高难。

但我相信，只要坚持下去，好好看书，慢慢琢磨，渐渐积累多了，就能在此书的基础上举一反三，真正掌握中医的知识和技术。

——读者 周女士2.书中讲述如何自学中医，但实则融合西医的理论和技巧，生活化的同时不失严谨，既实用又通用，能够让读者学以致用！

——学生 小陈3.因爱成疾、含恨而终的事儿看多了，越发感到女人要心疼自个儿，学几招防身术外，也要学点养生术。

毕竟，女人可以不自恋，但不能不自爱。

容颜不老是神话，保重身体是教训。

发烧感冒了，就是没有男的在身旁嘘寒问暖，起码也能做到自己照顾自己。

——网友 钟医情深4.生活中，中医的智慧无处不在，如阴阳五行、辨证论治、着眼整体等……中医是门经验科学，取之生活，用诸生活是学习中医的真理。

本书从临床病例出发，结合基础理论，深入浅出，层层递进，十分适合想学中医的朋友。

——读者 刘小姐

<<手到病除学经络>>

编辑推荐

《手到病除学经络》易学易懂、疗效显著，用您一双手就可以治病防病，轻松学会经络点穴。

经脉穴位都是药，点按就能把病除！

点哪里能治三高？

点哪些穴位能健康不生病？

点哪里能让孩子长更高、更聪明？

点哪些穴位能更美丽、保持少女般身材？

<<手到病除学经络>>

名人推荐

随着人们对健康的重视程度越来越高，“中医热”现象也逐渐升温。

我一直想学一点中医为自己的健康保驾护航，但是看着中医书里晦涩难懂的词句，我只能望而止步。那次，在闹中取静的书店里闲逛，第一眼就被“从生活学中医”系列丛书吸引了。

书中用通俗易懂的语言将种种病案娓娓道来，并配有大量插图，形象生动的情节仿佛就发生在我们身边，令人感觉耳目一新。

而从病案中又学到了很多对身体健康有用的知识。

我尤其喜欢《手到病除学经络》一书，书中图文并茂，讲了很多生活中常见疾病的点穴疗法，用一双手拍拍打打，点点按按就能防病治病。

想到自己经常失眠，每天晚上辗转反侧、难以入睡，所以我买了一本《手到病除》回去放在枕边，临睡前照着书中的方法，参照图片点穴，没想到当天晚上就见效了。

此后我坚持按书中方法点穴，终于摆脱了“熊猫眼”，每天睡眠充足，精神也好了很多。

朋友们都问我怎样保养的，怎么越来越年轻。

我总是笑眯眯地回答说，秘诀就是《手到病除学经络》书中的点穴疗法！

我一直对健康保健类的书籍十分关注，但看到那些专业性强的保健知识，林林总总的保健方法，总是不得其门而入，直到我看到《手到病除学经络》一书。

《手到病除学经络》一书图文并茂，在形象生动的案例中穿插防病治病的方法，可以一边读书，一边用手拍拍按按地操作，简便易行，实用性强！

我立刻买了一本放在枕边研读，没想到第二天就用到这本书了。

那天晚上，怀孕的妻子说小腿抽筋了，痛得眼泪直流。

我手忙脚乱地起床，看时间已经是凌晨1点钟了，医院离家很远，怀孕也不能乱吃药。

无计可施之时，我看到床头的《手到病除学经络》一书，急忙翻开寻找对策。

照着书中的点穴方法给妻子按摩了几分钟，她的小腿疼痛大减。

继续按摩半个小时，妻子已经安然入睡了。

我松了口气，对陈华丰博士充满感激，决心一定仔细阅读《手到病除学经络》这本书！

<<手到病除学经络>>

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>