

<<三分钟手疗>>

图书基本信息

书名：<<三分钟手疗>>

13位ISBN编号：9787546333298

10位ISBN编号：7546333296

出版时间：2010-9

出版单位：吉林出版集团

作者：健康中国名家论坛编委会

页数：253

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>

## &lt;&lt;三分钟手疗&gt;&gt;

## 前言

看手诊病和手疗治病，在我国有着悠久的历史。

在商朝的甲骨文中就有着看手诊病的记载。

2000多年前的《黄帝内经》就认为入体的局部和整体具有辩证统一的关系，即身体每一个局部都与全身的脏腑、经络等密切相关。

因此在诊病时，通过观察手掌、五官等就可以了解人的健康状况。

《灵枢》中就有诊鱼际纹路之法及爪甲诊病法；唐代王超《水镜图诀》就介绍过小儿指纹诊病方法。这都说明，古人很早就已经十分关注手诊与手疗了。

古人还认为：“面相不如身相，身相不如骨相，骨相不如手相”，“视其外，以知其内脏，则知所疾矣”，“有诸内，必形诸外”，这些都是古代医学家诊断疾病的重要方法。

而现代医学认为：手是人的另一个头脑，它的行动举止几乎与大脑保持一致，其敏感性在人体的所有部位中是最强的。

所以西方的手诊专家们说：“手是人类心灵的窗户”，中国也有相应的一句俗语：“十指连心”，这些都充分说明了手与内脏的关系。

另外手还是人体全身脏腑器官的完整缩影，所以，人体组织器官的病变均可在手的某些部位得以体现。

此外，手部有着大片的病理反射区，是神经的聚集点。

一只手正反面有70多个病理反射区和治疗穴位，临床实践证明，对这些穴区进行按摩等刺激可治疗近百种疾病。

只要准确地、不断地刺激按摩手部穴位相关的病理反射点，就能使内脏不断受到良性刺激，而逐渐强化其功能，进而达到祛病强身的目的。

因为手疗是一种无创伤、无副作用、疗效显著并随时可以进行的治疗方法。

所以这些年来，手诊与手疗越来越受到人们的欢迎，在经济发达的美国和日本也出现了众多的手诊手疗医学专家。

它之所以发展如此迅速，就是因为这种诊治方法不但诊断准确率高，能及时发现病情，而且不论肤色人种，一律通用，既无须任何仪器，又无毒副作用，随时随地可以进行诊查和治疗。

望手诊疗疾病，有其操作简便、易学易懂、疗效灵验、经济安全等诸多优点，符合老百姓对治疗方法“简、便、廉、验”的要求，所以能长期在民间广泛应用并广为流传。

正因为如此，为了配合手诊手疗的普及推广应用，帮助大家学会这一有效的家庭保健方法，我们出版了此书。

本书主要有两大亮点：第一，介绍了相关的手诊手疗基础知识，内容详尽且通俗易懂，为初学者打开了进入看手诊病、手疗治病的大门。

第二，详细讲解了不同种类的多种常见疾病的手诊及手疗方法，让读者不仅可以学到简便实用的诊病技巧，同时，还可以学到这种疾病的手疗方法。

另外，针对每种疾病的治疗，我们还特别配备了手操保健的内容。

这部分内容，大家既可配合按摩手部穴位来使用，达到治疗疾病的目的，也可以单独进行手操保健，达到灵活手指、强身保健的目的。

基础知识结合实际运用，必然使读者轻松掌握手诊手疗知识，成为自己和家人的保健良医。

值得提出的一点是，本书不仅涵盖了望手诊病的内容，还介绍了简单易操作的手部保健操，让您动手指，轻松拥有健康身体。

本书在编写过程中，参阅了大量的古今医学文献及报刊中的相关内容，同时结合了以往对数万例病人的诊治结果，可以说，此书是构建在前人对手诊手疗研究基础之上的。

此书图文并茂，配有大量的手纹图，尤其可贵的是还配有许多真实的墨印手纹图，为您学习手诊提供更真实的参考资料。

由于编者的知识有限，在编写这本书的过程中，难免会存在一些疏漏之处，敬请广大读者斧正。



## &lt;&lt;三分钟手疗&gt;&gt;

## 内容概要

因为手疗是一种无创伤、无副作用、疗效显著并随时可以进行的治疗方法。所以这些年来，手诊与手疗越来越受到人们的欢迎，在经济发达的美国和日本也出现了众多的手诊手疗医学专家。

它之所以发展如此迅速，就是因为这种诊治方法不但诊断准确率高，能及时发现病情，而且不论肤色人种，一律通用，既无须任何仪器，又无毒副作用，随时随地可以进行诊查和治疗。

了解、学习掌纹的相关知识，不仅可以及时发现自身的健康问题，也可以帮助家人和朋友早发现疾病，以避免延误病情。

望手诊疗疾病，有其操作简便、易学易懂、疗效灵验、经济安全等诸多优点，符合老百姓对治疗方法“简、便、廉、验”的要求，所以能长期在民间广泛应用并广为流传。

正因为如此，为了配合手诊手疗的普及推广应用，帮助大家学会这一有效的家庭保健方法，我们出版了此书。

本书主要有两大亮点：第一，介绍了相关的手诊手疗基础知识，内容详尽而且通俗易懂，为初学者打开了进入看手诊病、手疗治病的大门。

第二，详细讲解了不同类别的多种常见疾病的手诊及手疗方法，让读者不仅可以学到简便实用的诊病技巧，同时，还可以学到这种疾病的手疗方法。

针对每种疾病的治疗，我们特别配备了手操保健的内容，这部分内容，大家既可配合按摩手部穴位来使用，达到治疗疾病的目的，也可以单独进行手操保健，达到灵活手指、强身保健的目的。

基础知识结合实际操作图，帮助读者轻松掌握手诊手疗知识，成为自己和家人的保健良医。

## &lt;&lt;三分钟手疗&gt;&gt;

## 书籍目录

【序言】“手”到病自除 阅读导航 手部脏腑对应图 掌部常见14条线示意图 手掌穴位与反射点 手上的主要经穴 手的第五掌骨全息穴位图 手背全息穴位图 上篇 手诊手疗基础知识 第一章 手诊及手疗概观 001 手诊简介 002 指纹和掌纹的诊病依据 003 指甲的诊病依据 004 手指的诊病依据 005 手疗简介 006 手疗操作手法 中篇 手诊第二章 手掌中的健康密码——掌纹线 007 手掌上的1线——感情线 008 手掌上的2线——脑线 009 手掌上的3线——生命线 010 手掌上的4线——健康线 011 手掌上的5线——玉柱线 012 手掌上的6线——障碍线 013 手掌上的7线——成功线 014 手掌上的8线——放纵线 015 手掌上的9线——过敏线 016 手掌上的10线——土星线 017 手掌上的11线——性线 018 手掌上的12线——酒线 019 手掌上的13线——悉尼线 020 手掌上的14线——猿猴纹 第三章 手掌中的疾病信号——病理纹 021 “十”字纹 疾病早期 022 “ ”形纹 疾病中期 023 “井”字纹 慢性炎症 024 “ ”形纹 病情稳定 025 “米”字纹 脏腑淤滞 026 “ ”形纹 突发疾病 027 “ ”形纹 外伤痕迹 028 “岛”形纹 肿瘤囊肿 下篇 手疗第四章 呼吸及循环系统疾病 029 感冒 030 慢性支气管炎 031 支气管哮喘 032 肺炎球菌性肺炎 033 肺结核 034 咽喉炎 035 冠心病 036 高血压 037 低血压 038 贫血 第五章 消化系统疾病 039 慢性胃炎 040 慢性腹泻 041 胃下垂 042 肠炎 043 胆囊炎 044 胆结石 045 肝硬变 046 痔疮 047 胃、十二指肠溃疡 048 消化性溃疡 第六章 神经及内分泌系统疾病 049 神经官能症 050 癫痫 051 躁郁症 052 神经痛 053 脑神经损伤 054 急性脑血管病 055 糖尿病 056 甲亢 057 更年期综合征 第七章 皮肤科、五官科疾病 058 青春痘 059 荨麻疹 060 湿疹 061 银屑病 062 过敏性鼻炎 063 扁桃体炎 064 牙痛 065 青光眼 066 白内障 067 角膜炎 068 急性结膜炎 第八章 泌尿生殖及运动系统疾病 069 尿路感染 070 泌尿系结石 071 肾炎 072 男性功能障碍 073 前列腺炎 074 衣原体、支原体感染 075 颈椎病 076 肩周炎 077 腰椎间盘突出 078 类风湿性关节炎 第九章 妇科、儿科疾病 079 月经不调 080 痛经 081 子宫肌瘤 082 乳腺增生 083 不孕症 084 带下 085 卵巢囊肿 086 小儿消化不良 087 百日咳 088 小儿遗尿 089 小儿疳积 090 小儿便秘 第十章 其他疾病 091 失眠 092 眩晕 093 休克 094 昏迷 095 头痛 096 腰痛 097 视疲劳 098 便秘 099 附录 人体的“第二脏腑”——手掌

<<三分钟手疗>>

章节摘录

## <<三分钟手疗>>

### 编辑推荐

《三分钟手疗：“掌”握健康“手”到病除》推荐：“掌”握健康，“手”到病除！

手诊看病：无需挂号的问诊单！

手疗治病：无需任何器械就可操作的祛病方法！

手操保健：手的瑜伽，让手做做运动，使你身心舒畅！

简：易学易懂——穴位标识清楚准确，方法浅显明白，一看就懂，一学就会！

便：操作方便——不用特殊设备，不用辅助工具，无论何时何地都可以操作！

廉：价格低廉——不花一分钱，只要伸开双手，照着图按一按，健康就是如此简单！

验：效果灵验——打开脏腑的健康机关，回报你轻松和健康的身体，疗效显著，完全专家门诊：跟专家面对面——专家临床治疗手记，帮你答疑解惑，让你有亲临现场的感觉！

手诊手疗之所以能长期在民间广泛应用并广为流传，是因为其具备操作简便、易学易懂、疗效灵验、经济安全等诸多优点，符合老百姓对治疗方法“简、便、廉、验”的要求。

人人都有自己的私人医生——掌纹。

掌纹时刻在传递着健康信息，只要看懂掌纹的语言，是否有病，病在哪里，伸手便知！

这样便可在疾病稍露苗头时加强防范和治疗，把疾病扼杀在萌芽状态！

所以说，每条“手线”，都关系着你的“寿限”！

《三分钟手疗》采用图解的方式详细展示手上的几百个反射点和穴位，它们都是人体脏腑的健康机关，常常按摩这些部位，便可以让脏腑健康，全身舒畅，达到有病治病，无病强身的目的！

《三分钟手疗：“掌”握健康“手”到病除》收录了70种常见病症的手疗速效处方，看手诊病+手诊治病+手揉保健+专家出诊，《三分钟手疗》，一本轻松掌握身体健康密码的手部保健自疗集！

全面：脏腑对应区，掌纹线，病理纹，全方位解读疾病信号。

简单：文字通俗，图解丰富，一看就会，人人可学。

实用：手诊专家多年经验总结，手疗图解教您治病方法。

准确：墨印掌纹图谱，临床病症实例，帮您及时发现疾病。

<<三分钟手疗>>

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>