第一图书网, tushu007.com

<<手脚治病养生图文百科1000问>>

图书基本信息

书名：<<手脚治病养生图文百科1000问>>

13位ISBN编号：9787561346525

10位ISBN编号：7561346522

出版时间：2009-7

出版时间：陕西师范大学出版社

作者：唐赜

页数：581

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

前言

现代社会高歌猛进，带来经济的繁荣发展同时，也带来众多的现代病、职业病，疲劳、失眠、焦躁等亚健康状态比例逐渐增大。
如何在日常生活中进行一些简便的按摩，来治疗或缓解身体的负状态和病痛，成为现代人迫切需要解答的问题。
早在2000多年前，我国古典医学第一著作《黄帝内经》就认为，人的每一个局部都与全身的脏腑、经络、气血有着密切的关联。
由此，可以通过五官、肢体、形色等局部或外在的变化，来了解内部脏腑器官的健康状况，进而也可以由此局部来进行治疗。
于是，手诊、足疗由此诞生。
我国中医认为，人体有14条经络贯穿全身，其中手部就有三阴、三阳共6条经络。
它们与五脏六腑等器官密切连接，因此，脏腑的各种变化也像镜子一样反映在手上。
如手掌颜色不均匀，表示其人内脏的血液循环必定有障碍；指甲上出现红色、黑色斑点，则表示有脑溢血的危险征兆等。
可以说，手是人体健康的“晴雨表”。
日常生活中，通过一些简单易行的按摩手法，或指压，或香烟灸．或牙签刺，就可以随时随地地治疗自身的各种疾病，除阴霾以现晴朗。
另外，手部还有众多脏腑器官的对应反射区，对其进行适度的刺激，也可以达到相同的功效。
同理，足部也有三阴、三阳共6条经络，它们由头至足纵贯全身，连接诸脏腑与器官，对呼吸、循环、消化吸收、泌尿等系统几乎都有影响。
可以说，足部是人体的“第二心脏”。
只要善加利用足部这些经络上的穴道，就能间接地调节全身各重要器官、五脏六腑的状态，达到祛病延年的功效。
古时神医华佗所著的《华佗秘笈》中，就有《足心道篇》流传后世，后来传入日本，演变为当下流行的足部穴道指压法。
同时，足部还是人体所有器官反射区的聚集地，只要对相应的反射区加以刺激，就能调节器官的功能，达到相同的功效。

内容概要

《手脚治病养生图文百科1000问》是一部介绍通过手、足部按摩来治疗各种病症的保健百科全书。
《手脚治病养生图文百科1000问》具有很强的实用性，意在通过最详尽的病症分析，最简单易懂的找穴、按摩操作描述和最直观的穴道，反射区图示，让读者能够随时随地、简单而有效地自我按摩治疗。
《手脚治病养生图文百科1000问》分为手部、足部两篇，以问答的形式分别介绍了手部、足部的100多处穴道与60多处反射区，以及相应的按摩技巧，内容涉及150余种常见疾病的预测、诊断与按摩治疗。
《手脚治病养生图文百科1000问》的最大特点，在于简单易行。
无论是病症的症因症状，穴道、反射区的定位，还是按摩手法、技巧的操作，都力求简洁易懂，并以400多幅清楚准确的图示指导按摩操作，真正集指导性、实用性于一身。
可以说，这是一本人人必不可少的，居家常备的健康养生手册。

书籍目录

手掌穴道图解手背穴道图解手掌反射区手背反射区手掌掌纹图解各式各样的指甲各式各样的掌纹九星丘划分法手掌九宫八卦划分法各式病症的手部按摩十二宫五官之图中国古代手相图中国古代手掌与五行图图解足部穴道图足部反射区图解足底按摩各式指法经络一手足诊病的基础中医的经络学说奇经八脉前言你身边最简单易行的保健手册上篇 手部治病养生第一章 认识中医手诊与掌纹什么是中医手诊医学?手的结构组成是怎样的?指甲的结构及常见甲型都有哪些?常见的指甲诊病法有哪些?五指形态对手诊有哪些意义?什么是五指诊病法?什么是手部的敏感点?什么是手部色泽观诊法?手掌皮肤都有哪些特点?手掌与人体内脏有什么样的对应关系?手掌对应的脏腑病理区域如何划分?什么是手掌的九星丘划分法?什么是手掌九宫八卦划分法?手掌的“乾”位与人体健康有什么关系?手掌的“坎”位与人体健康有什么关系?手掌的“艮”位与人体健康有什么关系?手掌的“震”位与人体健康有什么关系?手掌的“巽”位与人体健康有什么关系?手掌的“离”位与人体健康有什么关系?手掌的“坤”位与人体健康有什么关系?手掌的“兑”位与人体健康有什么关系?掌纹与长寿有什么关系?什么是生命线?生命线异常反映出什么样的疾病信号?什么是智慧线?智慧线异常反映出什么样的疾病信号?什么是感情线?感情线异常反映出什么样的疾病信号?什么是命运线?命运线异常反映出什么样的疾病信号?什么是健康线和非健康线?健康线异常反映出什么样的疾病信号?什么是干扰线?干扰线异常反映出什么样的疾病信号?什么是太阳线?不同的太阳线反映出什么样的信号?什么是过敏线?过敏线反映出什么样的疾病信号?什么是放纵线?放纵线反映出什么样的疾病信号?出现土星环纹反映出什么样的疾病信号?什么是性线?异常的性线反映出什么样的疾病信号?什么是肝分线?肝分线反映出什么样的疾病信号?什么是悉尼线?悉尼线反映出什么样的疾病信号?什么是通贯掌?这种掌纹有什么特点?异常的“十”字状样纹反映出什么样的疾病信号?异常的“井”字状样纹反映出什么样的疾病信号?异常的“米”字状样纹反映出什么样的疾病信号?异常的三角形样纹反映出什么样的疾病信号?异常的方格形样纹反映出什么样的疾病信号?异常的岛形样纹反映出什么样的疾病信号?异常的环形样纹反映出什么样的疾病信号?异常的五角星状样纹反映出什么样的疾病言号?第二章 手相：手相与身体和健康心脏病在手相上有什么征兆?肝炎患者在手相上有什么特点?酗酒伤肝的人在手相上有什么反映?肺结核在手相上有什么征兆?肾脏虚弱者在手相上有什么显示?膀胱炎病在手相上的征兆是什么?十二指肠溃疡病在手相上有什么征兆?胃病在手相上有什么征兆?胃溃疡在手相上有什么征兆?神经系统的疾病在手相上有征兆吗?神经衰弱在手相上有什么征兆?精神病患者的手相特点是什么?糖尿病在手相上有什么征兆?脑出血病在手相上有什么征兆?风湿病在手相上有什么显示?感冒、咽喉炎在手相上有什么反映?支气管哮喘在手相上有什么征兆?慢性气管炎在手相上有什么反映?便秘在手相上有什么显示?女性患乳房癌在手相上有征兆吗?秃发在手相上有征兆吗？
第三章 手相：手相与性格和命运人人都喜欢的女性手相有什么特点?爱情不专一的人从手相上能看出来吗?感情线呈锁链状的人容易动情吗?感情线的缘起与人个性有什么关系?感情线有许多网纹下垂意味着什么?感情线的支线流向意味着什么?在情感上最有控制能力的人手相有什么特点?婚姻美满的人在手相上有什么特点?夫妻分居而不离婚在手相上有什么征兆?夫妻离异后又复婚在手相上有什么显示?不幸的婚姻在手相上有什么显示?再婚女人手相特征是什么?如何从智慧线的流向判断人的性格?智慧线和生命线分别而起意味着什么?智慧线与生命线同源而起意味着什么?智慧线上出现三角形意味着什么?智慧线中断且明显交错其人优柔寡断吗?智慧线横贯手掌有歇斯底里的行为吗?智慧线呈链状是缺乏韧性、耐心吗?智慧线上有十字纹提示其人正气不足吗?智慧线上有支线岔出意味着什么?生命线起自木星丘是好还是不好?生命线很短是否就意味着短命?命运线的岔线指向不同的部位所显示的意义是什么?命运线的起点出现岛形作何解释?命运线起自掌颈至感情线而终止意味着什么?命运线出现三角形意味着什么?命运线上出现四方形意味着什么?手相上有断掌是不吉利的征兆吗?不成熟的人在手相上有什么特征?爱吃醋的人其手相有什么特点?热情慷慨的人在手相上有什么特点?手相上有天才线的人肯定就有天才吗?可得横财的手相有什么征兆?发财与伤财在手相上有什么显示?靠自我奋斗而能取得一定成就的人其手相有什么特点?从手相上能看出一个人的职务高低大小吗?从手相上能看出有第二职业吗?第四章 掌纹：健康的秘密地图第五章 指甲：身体善的红绿灯第六章 手指：小手指、大问题第七章 手掌：握住生命的钥匙第八章 手部穴位与按摩技法第九章 常见疾病的手部按摩治疗下篇 脚部治病养生第十章 认识足部按摩第十一章 了解足部的穴位与反射区第十二章 足部按摩技法与窍门第十三章 呼吸系统疾病的足

部按摩第十四章 消化系统疾病的足部按摩第十五章 心脑血管疾病的足部按摩第十六章 内分泌神经疾病的足部按摩第十七章 泌尿生殖疾病的足部按摩第十八章 运动系统疾病的足部按摩第十九章 五官、皮肤疾病的足部按摩第二十章 妇科疾病的足部按摩附录

章节摘录

上篇　手部治病养生　　第一章　认识中医手诊与掌纹　　001.　什么是中医手诊医学？

手诊医学是在我国中医经络学说的基础上，根据人的手形、指甲、掌纹，指纹、指节纹、手掌软硬及手掌气色等，通过望、摸、推、压、点、掐、按等手法获得病情信息的诊断方法的统称。

它是传统中医“上工治未病”的一种可贵的临床应用，如《扁鹊见蔡桓公》中神医扁鹊提出“君有疾在腠理”的预诊一样，有观察患者病态发展倾向，指导就诊、治疗的作用和意义。

古人有“望而知之”，即通过视觉目测，对病人的神、色、形、态等外在的异常变化进行有目的的观察，以测知内脏病变，了解疾病情况，属望珍范畴。

所谓手诊，就是观手诊病，包括指甲望诊和掌纹诊病。

指甲望诊简称甲诊，是以中医“肝主筋”为理论基础，在“肝血盛衰，可影响爪甲之荣枯。

肝血充足，则爪甲坚韧明亮，红润光泽。

若肝血不足，则爪甲软薄，枯而色天，甚则变形脆裂”等先验理论下产生的一种诊法。

比如：十指甲根位均无白色月眉（健康圈），则提示此人体质差，易感冒，血压偏低等。

掌纹诊病，主要是通过观察手掌掌纹、指纹、指节纹、掌色泽、手形的异常变化，来判断、预知疾病。

比如：若双手掌长期皮厚、干燥，提示有先天性鱼鳞病；手掌纹路变得扭曲丑陋、手掌气色差、无弹性，则提示此人定然为有病之人。

媒体关注与评论

经穴按摩是祖国医学的重要组成部分。
它不但有按摩的功能，还可起到针灸的作用，是一种疗效良好、方便易行的医疗方法。
——运动创伤研究所按摩组　　经穴按摩为祖国医学传统而有效的治疗方法之一，以其无损伤、无毒害和简、便、廉、效的特点而受到病人的欢迎。
——《中国民间疗法》评论　　经穴按摩的特点是：患者自我按摩，易学、易练，不受时间地点的限制，男女皆宜，防病治病安全有效，屡试屡验。
——《现代养生》评论　　简单实用，很适合家庭保健使用。
介绍的按摩手法简单易学，有针对性，可以参照给自己按摩，如能坚持，一定受益良多。
——网友读后感

编辑推荐

《手脚治病养生图文百科1000问》介绍了手部、足部的100多处穴道和60多处反射区，内容包括对150种常见、重大疾病的预测与诊断，以及相应的按摩治疗法。
《手脚治病养生图文百科1000问》还配有多达400余幅操作示意图，帮助读者更加准确地找穴认穴、更加便捷地开展按摩治疗。
可以说，这是一本每个家庭必备的、简单，绿色的健康百科全书。
手掌旺命预测诊病，足底按摩祛病延年，最经济实用的家庭诊病大全，手相人生：手掌是破译疾病、性格、情爱的密码，脚相流年：脚底是男女精力、盛衰、寿辰的缩影。
手脚治病养生图文百科1000问　　传统中医认为，手部与足部是全身经络最重要的两个汇聚点，通过对手、足部的经穴和反射区进行刺激按摩，就能够有效调和气血和脏腑功能，达到治病养生的功效。
《手脚治病养生图文百科1000问》就是一本介绍以手、足部按摩疗法来诊病祛病，保健养生的百科手册。
更权威：《手脚治病养生图文百科1000问》所介绍的预测、诊病、治疗方法，都是建立在祖国中医经络学说的基础上，历经上千年的实践与认证，可证、可信、可行。
手脚按摩治疗广泛地被现代医学所认同，风靡世界各地。
更准确：《手脚治病养生图文百科1000问》全面收录了生活中常见，重大的l50种疾病，为读者提供从预测、诊断到按摩治疗的全方位指导，使你仅仅对照着《手脚治病养生图文百科1000问》就能够完成自己或家人健康的诊断与治疗，无论是在家中、办公室还是旅途中，皆可随时随地进行。
更健康：是药三分毒，而手脚按摩治病基于中医传统经络学说，以按摩经穴、调节气血进行治疗保健，是真正放心、健康的“绿色”疗法。
在药物治疗泛滥的今天，不仅治标治本，更不用担心药物副作用问题。
更实用：《手脚治病养生图文百科1000问》通过400多幅简单直白的图示，清晰、准确地展示出手部、足部l00多处穴道和60多处反射区，即使你完全不懂中医，也能够准确认穴按摩轻松成为自己与家人保健医生。

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