

<<常见病对症按摩金典>>

图书基本信息

书名：<<常见病对症按摩金典>>

13位ISBN编号：9787506461559

10位ISBN编号：7506461552

出版时间：2010-1

出版时间：中国纺织出版社

作者：图说国医养生课题组

页数：224

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>

## <<常见病对症按摩金典>>

### 前言

众所周知。  
身体是革命的本钱”。  
身体健康与否，对于工作、学习有很大的影响。  
也和家庭幸福密切相关。  
很多人在年轻的时候不重视身体的保健，但是这样却为中老年的健康埋下了许多隐患。  
在我的行医生涯中.绝大多数病人都是由于日常的保养不当而诱发了严重疾病。  
每每遇到此类病人。  
我都觉得非常可惜。  
原本可以通过适当地调理来减轻的病症，却因为疏忽大意而要去承受更多的痛苦，这样的病例实在是我非常不愿意看到的。  
中医思想精髓之一——“治未病”，目的就是要“防患于未然”。  
在疾病征兆初显。  
甚至是身体健康、没有患病的情况下.就把疾病或是诱发疾病的高危因素控制、扼杀，那是最好不过的。  
这也正是我们作为医生追求的最高境界了。  
但是。  
很多人看到这里就会抱怨了，这年头谁不想自己身体健康呢！  
每天都是高蛋白、高营养的食物“供着”，有的还动辄买上一堆打上“原装进口”标签的各类药丸，  
补这、补那，怎么身体还会出毛病呢？

## <<常见病对症按摩金典>>

### 内容概要

本书3大特色： 1.总结了现代人最常见的多种病症，方便读者对症按摩，可有效缓解不适症状。

2.400张以上清楚的穴位图，即使是对穴位按摩很陌生的读者，也能按图索骥，轻松上手。

3.由经验丰富的主治医师群编写，根据实际诊疗中的经验，有针对性地写出穴位按摩的基本操作方法，具有权威性、正确性与实用性。

本书向各位详细地介绍了中医经络按摩的手法、穴位以及如何利用经络穴位与按摩手法来防病、治病。

此外，十二经脉中的各个穴位作者都在书中作了相应的解释，定位上还考虑到了读者的认知程度上的不同，从而对于某些取穴复杂的穴位提供了简单的取穴方法介绍，便于读者更好地掌握和学习。

## &lt;&lt;常见病对症按摩金典&gt;&gt;

## 书籍目录

第1章 穴位按摩知识大讲堂 一、按摩的神奇功效 通经活络 舒缓压力 散寒除痹 二、认识经络 经络 穴位和经络的分类 三、认识空位 穴位 穴位按摩有神效 按摩并非越痛越有效 常用骨度表 手指比量法 按摩力度 常用的按摩手法 身边的按摩小工具 增加效果的按摩润滑剂 第2章 认识全身重要经络和穴位 手太阴肺经 中府 云门 天府 侠白 尺泽 孔最 列缺 经渠 太渊 鱼际 少商 手阳明大肠经 商阳 二间 三间 合谷 阳溪 偏历 温溜 下廉 上廉 手三里 曲池 肘髎 手五里 臂臑 肩髃 巨骨 天鼎 扶突 口禾髎 迎香 足阳明胃经 承泣 四白 巨髎 地仓 大迎 颊车 下关 头维 人迎 水突 气舍 缺盆 气户 库房 屋翳 膺窗 乳中 乳根 不容 承满 梁门 关门 太乙 滑肉门 天枢 外陵 大巨 水道 归来 气冲 髀关 伏兔 阴市 梁丘 犊鼻 足三里 上巨虚 条口 下巨虚 丰隆 解溪 冲阳 陷谷 内庭 厉兑 足太阴脾经 隐白 大都 太白 公孙 商丘 三阴交 漏谷 地机 阴陵泉 血海 箕门 冲门 府舍 腹结 大横 腹哀 食窦 天溪 胸乡 周荣 大包 手少阴心经 极泉 青灵 少海 灵道 通里 阴郄 神门 少府 少冲 于太阳小肠经 少泽 前谷 后溪 腕骨 阳谷 养老 支正 小海 肩贞 脚髎 天宗 秉风 曲垣 肩外髎 肩中髎 天窗 天容 颧髎 听宫 足太阳膀胱经 睛明 攒竹 眉冲 曲差 五处 承光 通天 络却 玉枕 天柱 大杼 风门 肺髎 厥阴髎 心髎 督髎 膈髎 肝髎 胆髎 脾髎 胃髎 三焦髎 肾髎 气海髎 大肠髎 关元髎 小肠髎 膀胱髎 中旅髎 白环髎 会阳 承扶 殷门 浮郄 委阳 委中 附分 魄户 膏肓 神堂 议雍 膈关 魂门 阳纲 意舍 胃仓 肓门 志室 胞肓 秩边 合阳 承筋 承山 飞扬 跗阳 昆仑 仆参 申脉 金门 京骨 束骨 足通骨 至阴 足少阴肾经 涌泉 然谷 太溪 大钟 水泉 照海 复溜 交信 筑宾 阴谷 横骨 大赫 气穴 四满 中注 肓髎 商曲 石关 阴都 腹通谷 幽门 步廊 神封 灵虚 神藏 或中 俞府 手厥阴心包经 天池 天泉 曲泽 郄门 间使 内关 大陵 劳宫 中冲 手少阳三焦经 关冲 液门 中渚 阳池 外关 支沟 会宗 三阳络 四渎 天井 清冷渊 消泅 臑会 肩髎 天髎 天髎 翳风 瘰脉 颊息 角孙 耳门 耳禾髎 丝竹空 足少阳胆经 瞳子髎 听会 上关 颌厌 悬颅 悬厘 曲鬓 率谷 天冲 浮白 头窍阴 完骨 本神 阳白 头临泣 目窗 .....第3章 对症按摩治疗常见病

## <<常见病对症按摩金典>>

### 章节摘录

俞穴是人体脏腑经络之气输注于体表的特殊部位。

“俞”与“输”义通，有转输、输注的含义：“穴”即孔隙的意思。

俞穴在《内经》中又称作“节”、“会”、“气穴”、“气府”、“骨空”等，俗称穴位。

人体的俞穴既是疾病的反应点，又是针灸的施术部位。

经穴均分别归属于各经脉，经脉又隶属于一定的脏腑，故俞穴 - 经脉 - 脏腑间形成了不可分割的联系。

穴位按摩是以中医的脏腑、经络学说为理论基础。

并结合西医的解剖和病理诊断，而用手法作用于人体体表的特效部位以调节机体生理、病理状况，达到理疗目的的方法。

保健按摩施术手法很多，如常用的表面按摩法、揉捏颈项法、棉布摩擦法、背腰部拍打法、四肢抽抖法等。

这些手法的共性是，动作轻柔，运用灵活，便于操作，使用范围甚广，不论男女老幼、体质强弱、有无病症。

均可采用不同的施术手法保健。

正确的保健按摩，会让受术者感觉到一定的酸胀感，如果令人感觉刺痛，甚至疼痛到难以忍受甚至大叫出来，都是不正常的，极有可能已经造成软组织的挫伤以及皮下出血，当时可能看不到症状，可是第二天症状就会显示出来。

不正确的按摩所产生的后果是十分严重的，尤其是所谓的放松按摩。

在经过卫生部门审批发牌的医疗机构里，按摩属于中医科的治疗项目。

患者筋骨方面出现了问题。

首先要经过医生的诊断，配合照×光片确定发病部位后才可加以按摩治疗，正规医生绝不会在没有精确诊断的情况下就胡乱为患者按摩。

.....

<<常见病对症按摩金典>>

编辑推荐

《常见病对症按摩金典》： 详细的对症按摩法 感冒、发烧、咳嗽…… 动动手指，赶走让人心烦的小毛病 清晰的穴位图 全方位解析人体的391个穴位 让您在按摩保健的时候取穴更准确 大幅的人体穴位彩图 头面、手足、胸腹…… 《常见病对证按摩金典》附页中的人体穴位彩图 清晰明了地向您展示经络和穴位的位置 适合所有人的穴位使用说明书 穴位是天赐良药，运用得法，即可延年益寿

<<常见病对症按摩金典>>

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>