

<<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、非药物纯天然疗法，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。

<<图解人体经络实用手册>>

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

<<图解人体经络实用手册>>

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。

<<图解人体经络实用手册>>

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>