

<<掌纹密码>>

图书基本信息

书名：<<掌纹密码>>

13位ISBN编号：9787538866971

10位ISBN编号：7538866973

出版时间：2011-7

出版时间：黑龙江科技

作者：黄明达//李贞则

页数：199

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;掌纹密码&gt;&gt;

## 前言

解析掌上密石马，把握健康人生。中医学认为，人体是一个有机的整体，每一局部都与全身脏腑、经络、气血有密切的关联，而人的手掌上血液循环极为丰富，末梢神经集中，而且有六条经脉运行，与大脑、心脏等内脏器官有密切的关系，各脏腑器官在手上基本都可以找到相对应的部位。人手掌中，细细密密的纹线，纵横交叉，盘根错节，它们遵循着人体健康或不健康之间的变化规律，以掌上纹路、色泽的变化，并通过掌纹上形状、走向、长短、粗细等征象，演示病与不适的当下状态。

我国劳动人民在多年的生活中，总结出一系列的掌上诊病的规律，通过这些规律，人们可以自我预防疾病及判断一些常见病。

例如，在中医中，手掌各个部分代表的器官不同，手掌上中央为脾胃，东方为肝脏，肝脏下面为心脏，南方为头面，西方为肺，北方为肾脏。

以手掌的平均色为底色，青色主寒或伤痛或淤滞；红色主内热或瘀血；鲜红色主出血或破伤；紫色主瘀；黄色主黄疸或久瘀；青暗色主肝郁；褐色主病重或恶性病；黑色主肾病或恶性病。

再比如，手指的穴位可以映射到身体其他器官，拇指左侧为胃，右侧为脾，属土；食指左侧为胆，右侧为肝；中指左侧为小肠，右侧为心脏；无名指左侧为大肠，右侧为肺；小指左侧为膀胱，右侧为肾。

通过掌上纹线来把握健康的方法较为独特，诊断效果准确快捷，具有很强的生活实用性，已成为很多人关注健康状况的一个途径。

作者以深蕴的中医学知识及多年临床经验，本着科学性、实用性和趣味性的原则，解析自我诊断健康的密码。

《掌纹密码》的特色在于：掌纹说话：认识掌纹，并清楚掌纹的生成和变化，以此了解自己的身体健康状况。

除此之外，根据掌纹的变化，调节自我的生活习惯。

掌上全息：掌上的全息穴位比自然世界还要复杂和丰富，《掌纹密码》主要集中对人体主要脏腑、经络与掌纹的手掌穴位对应，并根据掌纹寻求健康应对方法。

这部分不仅给读者提供了详细的生活养生解说，而且结合手掌与全身健康经脉之间的联系，呈现全身脏腑经脉在掌上、掌纹中的健康规律，并提供了具体的应对方法和按摩技巧。

掌纹与病：主要探讨生活常见病形成过程中反映在掌上的迹象，为读者提供生活中可简便操作的疗法。

在此，有必要对朋友说这样几句，我们运用掌纹中的养生理论，对症我们的身体现象，达到知晓健康的心情是可以理解的，但不可走极端。

通过掌纹来判断健康有它的实用价值，但它并非万能，自诊出的结果只能作为判断健康和诊病的辅助手段，要想准确判断自身的健康和病理情况，还仍然需要借助正规的医疗检测及相应的治疗手段。

愿朋友们在正确对待掌纹诊病的健康关注中，在更多的身体健康“语言”指示中，领悟并得到一种利于自己身体健康的理念。

## <<掌纹密码>>

### 内容概要

人体的器官是一个系统性的整体，器官所受的任何压力和损伤，都将以人体为介质传递到皮肤表层，并牵引皮肤，形成凹凸形态。

人们经过长期观察、积累、对照，将较大概率的手纹的表象作为诊断的标准。

而这，就是我们日常生活中所说的手诊学。

手诊起源于印度，发展于中国，现代手诊是东西方手诊学相结合的完美体现。

它简单、直观。

易普及，并使手诊这门学科在疾病诊治、养生保健中体现其真正价值。

由黄明达和李贞则主编的《掌纹密码》主要介绍了掌纹医学的基础知识，全书采用图文的方式帮您快速找到大量难觅的纹线，通过掌纹与脏腑对应区图来判断脏腑虚实、盛衰，判断疾病的发生、发展，从而快速找到适合患者的治疗方法。

《掌纹密码》系统、实用，易操作，是一本实用的居家医学宝典，有效促进了养生保健及对疾病的早防早治。

## <<掌纹密码>>

### 书籍目录

#### 第一章 掌纹说话：打开我们健康的说明书

认识掌纹

婴儿期掌纹

青少年时期掌纹

中年时期掌纹

老年期掌纹

掌纹版图上的三大主线

指纹望诊

掌纹中的病根

掌纹中的十四条主线

#### 第二章 掌上识病：从手掌上把握健康

手诊的历史

掌上八卦与健康

望掌形

望掌上气色

掌纹中的病

手指的纹理与疾病

指甲上的健康密码

#### 第三章 掌上经络：人体脏腑循行于掌纹的健康章法

手掌上的穴位

手掌上的心

手掌上的肺

手掌上的肝

手掌上的脾

手掌上的肾

手掌上的其他脏腑部位

#### 第四章 掌纹观病：人体气血反馈在手掌上的常见病

头痛、失眠

眩晕症

中耳炎、耳鸣症

甲状腺疾病

淋巴结核及淋巴结炎

高血压症

糖尿病

心脏病

脑溢血病

肠胃疾病

腰椎间盘突出

泌尿系结石

便秘及痔疮

女性常见不适

#### 附录

附录一 手上穴位图

附录二 手诊按摩歌诀

附录三 手指掌按摩常识

<<掌纹密码>>

附录四 手指掌按摩养生  
对症速查使用常识

## &lt;&lt;掌纹密码&gt;&gt;

## 章节摘录

青少年时期掌纹 掌纹会随着年龄及生活环境而发生变化。

10岁左右男女的掌纹特征 骨肉相裹而均匀，手掌上没有青筋显露的现象，这些是健康的象征10岁左右的健康儿童，手掌是红润的，掌上感情线、智慧线、生命线清晰，十指皮肉相裹，关节不突出，乾、坎、艮、震、巽、离、坤、兑八卦部位没有某一部位的特别隆起或者塌陷。

但是，由于性的发育尚不成熟，所以，大鱼际往往高于小鱼际。

同时拇指根部的褶纹呈锁链状，古人称为“孔目”状，掌上没有青筋暴露，如果孩子出现这些掌纹特征，表示这个孩子很健康。

步入青春期后的青少年，由于身心健康趋于定型的时期，是走向成年的过渡阶段，亦是性意识萌发和发展的时期，他们的心理发展和生理发育往往不同步，具有半成熟、半幼稚的特点。

因而，在他们心理素质发展的关键阶段，容易产生一心理失误，甚至心理滑坡迹象。

20岁左右男女的掌纹特征 20岁的人，身体内脏的发育基本成熟，这时手掌上的感情线、智慧线、生命线随着身体的发育变得深而且长，手掌色泽红白匀称。

十指圆润有力，拇指根部的褶纹深长。

由于性腺的成熟，体内出现性激素的正常分泌，所以大鱼际和小鱼际都相对比其他部位隆起，而且这两个鱼际的高度遥遥相对，八卦的各部位也开始丰满起来了。

30岁人的掌纹特征 30岁人的手掌和掌纹较10岁、20岁人的掌纹相比，手部显得更加有力度，八卦各丘的平稳对称更加明显，十指的指节褶纹色泽开始变深，感情线、智慧线、生命线更加清晰而深长。

但是由于30岁的人脑力和体力劳动的增加，使得手掌上开始出现由于微循环不畅导致的红白色斑点，特别是拇指根部的褶纹开始出现断裂、分支的现象，拇指的根部关节开始变大、隆起。

由于接触社会所产生的精神压力，现在的很多人刚进入30岁的中年阶段，手掌的掌纹上，就过早地出现青斑，这表示循环出现不畅。

这一阶段的男女因面临多方面的抉择如婚姻、事业、是否做爸爸妈妈等，就会出现以下一些心理变化：恐惧；焦躁不安、郁郁寡欢；缺乏决断。

30岁左右人的养生调理 30岁为人智力、体力的顶峰阶段，达到肌肉隆盛、筋骨劲强、精力充沛的最佳时期，但也是自顶峰回落、开始走向衰老的时期。

很多人常由于自恃盛年，饮食劳逸皆失节制，当时不觉，实际体质已损，迈入暮年后迅速衰老，故此阶段的养生重在保持和谐适度，虽精力盛壮但不做竭力之事，不任彻夜之劳，食饮有节，起居有常，动静结合，节欲保精，把体力、精力保持在旺盛的水平，可延长青春、延缓衰老。

.....

## <<掌纹密码>>

### 编辑推荐

通过掌上纹线来把握健康的方法较为独特，诊断效果准确快捷，具有很强的生活实用性，已成为很多人关注健康状况的一个途径。

在《掌纹密码》一书中，作者黄明达和李贞则以深蕴的中医学知识及多年临床经验，本着科学性、实用性和趣味性的原则，解析自我诊断健康的密码。

#### 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>