

<<图解经络穴位按摩速查手册>>

图书基本信息

书名：<<图解经络穴位按摩速查手册>>

13位ISBN编号：9787544138369

10位ISBN编号：7544138364

出版时间：2009-5

出版地点：沈阳

作者：东方教育研究院

页数：351

字数：110000

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>

<<图解经络穴位按摩速查手册>>

内容概要

本书选取了十四经络中的141个穴位，并介绍了每个穴位的疗效和按摩手法，这样就几乎涵盖了所有常见疾病的穴位疗法。

书中配有大量图示，以展现精确的取穴方法。

与其他穴位图书不同的是本书还介绍了医学专家的私藏——简便的取穴技巧，并配有相关图示，可以让读者在几秒内准确找到穴位。

本书图文并茂，实用易懂，相信每位读者都可一看就懂，一学就会。

它一定会成为您家庭保健的最佳帮手。

<<图解经络穴位按摩速查手册>>

书籍目录

学会自我按摩的五大好处速查表阅读导航第1章 手太阴肺经经穴 中府穴 通畅肺腑无阻碍 尺泽穴 腹痛发热首选穴 孔最穴 久坐不痔的秘诀 列缺穴 “列缺” 霹雳，阴霾消散 经渠穴 呼吸畅通的法宝 太渊穴 气血不足太渊相助 鱼际穴 失声莫担心，鱼际在手边 少商穴 没事常掐，感冒不来烦第2章 手阳明大肠经经穴 商阳穴 胸中气闷找商阳 三间穴 五官病痛全拿下 合谷穴 牙疼是病也不怕 阳溪穴 头痛耳鸣一扫光 下廉穴 肠胃健康，一身轻松 曲池穴 腹痛吐泻不用愁 肩髃穴 肩膀的保健医生 扶突穴 止咳平喘有奇效 迎香穴 抛掉鼻炎鼻塞的烦恼第3章 足阴脾胃经经穴 承泣穴 还你一双明亮的眼睛 四白穴 明目养颜的好帮手 地仓穴 祛风、治感冒，地仓有疗效 颊车穴 口眼歪斜按颊车 下关穴 要想口耳好，按摩下关少不了 头维穴 头痛不可怕，头维赶走它 人迎穴 咽喉肿、高血压，人迎有办法第4章 足太阴脾经经穴 隐白穴 要想止血快，马上按隐白 太白穴 消除湿疹有太白 公孙穴 调理脾胃的保健师 三阴交穴 妇科疾病的克星 阴陵泉穴 让您便便畅通 血海穴 清血利湿，血海本事 府舍穴 腹痛不愁，府舍解忧 大横穴 大肠疾病找大横 周荣穴 让您心平气顺 大包穴 常按大包穴，睡觉更安稳第5章 手少阴心经经穴 极泉穴 按压极泉，强健心脏 青灵穴 祛除疼痛无烦恼 少海穴 常按少海，疼痛不来 神门穴 宁心提神疗效好 少府穴 治疗心胸痛，少府最有效 少冲穴 急救中风，要掐少冲第6章 手太阳小肠经经穴 少泽穴 昏迷不用怕，少泽唤醒他 后溪穴 腰痛按后溪，为您解忧急 阳谷穴 耳鸣不担忧，阳谷是帮手 养老穴 晚年体健靠养老 小海穴 按小海，脸色红润气色佳 肩贞穴 消炎止痛，肩贞常用 天宗穴 美体健胸按天宗 肩中俞穴 常按肩中俞，肩背更有力 颧髎穴 面部疼痛，常按管用 听宫穴 耳朵聪灵听力好第7章 足太阳膀胱经经穴 睛明穴 还您一个明亮的世界 眉冲穴 常按眉冲穴，眩晕都退却 曲差穴 鼻窍通透有曲差 五处穴 癫痫不可怕，五处治好它 承光穴 止痛祛热，还您快乐 通天穴 鼻内畅通无阻 攒竹穴 消除疲劳眼睛好 天柱穴 头脑清楚，天柱帮助 大杼穴 祛热祛痛，大杼常用 风门穴 治疗感冒，风门疗效好 会阳穴 止血治痔疮，全都找会阳 承扶穴 臀部减肥按承扶 殷门穴 强健腿腰，殷门有绝招 委中穴 腰痛背痛求委中 承筋穴 小腿痉挛揉承筋 承山穴 腿脚有力不抽筋 飞扬穴 祛除头痛，神采飞扬 昆仑穴 常按昆仑，清晨睡安稳 申脉穴 宁神止痛不眩晕 至阴穴 难产别发愁，至阴有特效第8章 足少阴肾经经穴 涌泉穴 缓解腰酸背疼就找涌泉 太溪穴 治疗生殖系统病的好手 复溜穴 肾脏功能的调理师 筑宾穴 筑宾帮您，安心宁神 横骨穴 摆脱男人难言的痛苦 大赫穴 男性健康的福星 气穴 专治生殖泌尿疾病 育俞穴 告别便秘的痛苦 商曲穴 帮你解决腹痛的烦恼 神封穴 咳嗽气喘点神封 俞府穴 胜过止咳良药第9章 手厥阴心包经经穴 天池穴 让全身重新焕发活力 曲泽穴 速效“定心丸” 内关穴 安抚你的胃，体贴你的心 大陵穴 让你口气清新每一天 劳宫穴 手痒难忍，重掐劳宫 中冲穴 迅速降低体温就找中冲第10章 手少阳三焦经经穴 关冲穴 调整身体内分泌 液门穴 清火散热的“牛黄解毒片” 中渚穴 治疗更年期女性的疾病 阳池穴 提高怀孕妈妈的幸福度 支沟穴 摆脱便秘痛苦的秘密 天井穴 清热凉血，调理麦粒肿 消泅穴 不花一分钱的减肥法 肩髃穴 上班族的好帮手 颊息穴 耳鸣耳痛揉颊息 角孙穴 让眼睛不再受“伤害” 耳门穴 护耳有绝招 丝竹空穴 头痛了点，头晕了还点第11章 足少阳胆经经穴 瞳子髎穴 为你擦亮“心灵的窗户” 悬颅穴 注意力集中不走神 悬厘穴 结束头痛烦恼，提高工作效率 天冲穴 牙龈肿痛快找天冲 阳白穴 眼保健操现在开始 目窗穴 眼睛疲劳不再用滴眼液 风池穴 清热醒脑还治感冒 肩井穴 防治乳腺炎有特效 环跳穴 轻松解决腰腿疼痛 风市穴 中风瘫痪有望行动自如 阳陵泉穴 抽筋痛苦及时了 阳辅穴 增强你的腰肾功能 足临泣穴 脚上功夫治头痛 足窍阴穴 止痛定咳顺气必点穴第12章 足厥阴肝经经穴 大敦穴 小腹疼痛有特效 太冲穴 药物降压之外的好方法 曲泉穴 解决男女生殖系统问题 足五里穴 让排尿不再困难 阴廉穴 给女人多一点呵护 中封穴 关爱男人每一天 章门穴 五脏病变的“门户” 期门穴 疏肝利气化积通瘀第13章 督脉经穴 长强穴 通大便，疗便秘，止腹泻 命门穴 关乎生命存亡的“命门” 身柱穴 小儿止咳定喘有特效 大椎穴 小儿感冒发烧不再犯愁 哑门穴 声音沙哑不必苦恼 脑户穴 头痛感即刻减轻的方法 风府穴 感冒头疼不再打针吃药 强间穴 让你睡好自然心情好 百会穴 忧郁烦躁失眠点百会 前顶穴 头晕头痛找前顶 神庭穴 头晕呕吐眼昏花，神庭一针病如抓 水沟穴 紧急救命它最及时第14章 任脉经穴 会阴穴 专治男女性功能障碍 中极穴 妇科疾病不用愁 关元穴 男子藏精女子蓄血之处 阴交穴 腹泻不止轻揉阴交 神阙穴 肠炎腹痛腹泻有特效 上脘穴 增加你的胃动力 膻中穴 减肥不点增肥点 廉泉穴 治疗舌头不听使唤

<<图解经络穴位按摩速查手册>>

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>