

<<特效经穴对症治疗图解>>

图书基本信息

书名：<<特效经穴对症治疗图解>>

13位ISBN编号：9787560532387

10位ISBN编号：7560532381

出版时间：1970-1

出版时间：西安交大

作者：幸小玲//周新

页数：200

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>

<<特效经穴对症治疗图解>>

前言

《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，调虚实，不可不通”的特点，故针灸“欲以微针通其经脉，调其血气，营其逆顺出入之会，令可传于后世”。

腧穴，俗称“穴位”，是人体脏腑经络之气输注在体表的部位，是疾病的反应点。

也是针灸、推拿和其他一些中医传统疗法施术的部位。

经络系统对人体的生命活动具有十分重要的作用。

归纳起来，主要有以下几个方面：一是沟通表里上下，联络脏腑器官；二是通行全身气血，濡养脏腑组织；三是感应传导作用；四是调节功能平衡。

人体某条经络出现疾病。

往往通过某个腧穴的异常表现反应出来，这种异常可以表现为局部的疼痛、麻胀、条索状异物及压痛点等形式。

使用针灸、推拿、气功等治疗方法。

在相关腧穴上施以一定的刺激量，即可激发和增强经络的自动调节和控制功能，纠正气血阴阳的失调状态，从而调节整个经络系统的生理功能。

这便是使用腧穴治病的原理。

正是因为如此。

临床治疗及日常保健中准确了解腧穴、合理配穴施治尤为重要。

换句话说。

掌握腧穴是进行针灸治疗、推拿治疗及使用腧穴自我保健的第一步。

腧穴就好像药物一样，只有掌握好。

才能有的放矢地发挥它的奇特作用。

<<特效经穴对症治疗图解>>

内容概要

《特效经穴对症治疗图解》分为两篇，上篇主要介绍腧穴定位法及100余个常用腧穴的定位、操作及适应证；下篇主要介绍了39种常见病症的特效治疗腧穴。

全书采用真人拍摄图片标示腧穴，为了让读者更直观地掌握腧穴，特制作了真人腧穴定位、操作演示VCD。

同时，书末附有临床要穴歌诀，易记易诵，朗朗上口。

《特效经穴对症治疗图解》简明扼要、通俗易懂、图文并茂，注重实用性和科学性。

《特效经穴对症治疗图解》可供临床中医师、中医院校学生及中医爱好者学习参考。

<<特效经穴对症治疗图解>>

书籍目录

上篇 经络百穴图解第一章 腧穴定位法一、骨度分寸法二、指寸法1. 横指同身寸法2. 拇指同身寸法3. 中指同身寸法三、体表标志法1. 固定标志2. 活动标志四、简易取穴法第二章 常用腧穴一、手太阴肺经腧穴1. 尺泽 (LU5) 2. 孔最 (LU6) 3. 列缺 (LU7) 4. 经渠 (LU8) 5. 太渊 (LU9) 6. 鱼际 (LU10) 7. 少商 (LU11) 二、手阳明大肠经腧穴1. 商阳 (LI1) 2. 合谷 (LI4) 3. 阳溪 (LI5) 4. 偏历 (LI6) 5. 温溜 (LI7) 6. 手三里 (LI10) 7. 曲池 (LI11) 8. 肩髃 (LI15) 9. 迎香 (LI20) 三、足阳明胃经腧穴1. 承泣 (ST1) 2. 地仓 (ST4) 3. 颊车 (ST6) 4. 下关 (ST7) 5. 头维 (ST8) 6. 梁门 (ST21) 7. 天枢 (ST25) 8. 伏兔 (ST32) 9. 梁丘 (ST34) 10. 犊鼻 (ST35) 11. 足三里 (ST36) 12. 上巨虚 (ST37) 13. 下巨虚 (ST39) 14. 丰隆 (ST40) 15. 解溪 (ST41) 16. 内庭 (ST44) 四、足太阴脾经腧穴1. 三阴交 (SP6) 2. 地机 (SP8) 3. 阴陵泉 (SP9) 4. 血海 (SP10) 五、手少阴心经腧穴1. 少海 (HT3) 2. 通里 (HT5) 3. 阴郄 (HT6) 4. 神门 (HT7) 六、手太阳小肠经腧穴1. 少泽 (SI1) 2. 后溪 (SI3) 3. 养老 (SI6) 4. 支正 (SI7) 5. 肩贞 (SI9) 6. 天宗 (SI11) 7. 听宫 (SI19) 七、足太阳膀胱经腧穴1. 睛明 (BL1) 2. 攒竹 (BL2) 3. 通天 (BL7) 4. 天柱 (BL10) 5. 大杼 (BL11) 6. 承扶 (BL36) 7. 殷门 (BL37) 8. 委中 (BL40) 9. 承山 (BL57) 10. 昆仑 (BL60) 11. 至阴 (BL67) 八、足少阳肾经腧穴1. 涌泉 (KI1) 2. 太溪 (KI3) 3. 照海 (KI6) 4. 复溜 (KI7) 九、手厥阴心包经腧穴1. 曲泽 (PC3) 2. 内关 (PC6) 3. 大陵 (PC7) 4. 劳宫 (PC8) 十、手少阳三焦经腧穴1. 液门 (TE2) 2. 中渚 (TE3) 3. 外关 (TE5) 4. 支沟 (TE6) 5. 翳风 (TE17) 6. 角孙 (TE20) 7. 耳门 (TE21) 8. 丝竹空 (TE23) 十一、足少阳胆经腧穴1. 听会 (GB2) 2. 肩井 (GB21) 3. 环跳 (GB30) 4. 风市 (GB31) 5. 膝阳关 (GB33) 6. 阳陵泉 (GB34) 7. 光明 (GB37) 8. 悬钟 (GB39) 9. 丘墟 (GB40) 10. 侠溪 (GB43) 十二、足厥阴肝经腧穴1. 太冲 (LR3) 2. 曲泉 (LR8) 3. 章门 (LR13) 十三、督脉腧穴1. 至阳 (GV9) 2. 大椎 (GV14) 3. 哑门 (GV15) 4. 百会 (GV20) 5. 上星 (GV23) 6. 水沟 (GV26) 十四、任脉腧穴1. 中极 (CV3) 2. 关元 (CV4) 3. 气海 (CV6) 4. 水分 (CV9) 5. 中脘 (CV12) 6. 膻中 (CV17) 7. 天突 (CV22) 8. 廉泉 (CV23) 十五、经外奇穴1. 印堂 (EX-HN3) 2. 太阳 (EX-HN5) 3. 胆囊穴 (EX-LE6) 4. 阑尾穴 (EX-LE7) 下篇 对症治疗图解第三章 痛证治疗要穴图解一、头痛1. 列缺2. 曲池二、胃痛1. 中脘2. 足三里三、手臂疼痛1. 曲池2. 养老四、牙痛1. 合谷2. 下关3. 手三里五、喉咙痛1. 太渊2. 孔最3. 合谷六、肩膀酸痛1. 曲池2. 天柱3. 肩井七、手指发麻1. 手三里2. 曲池第四章 常见病证治疗要穴图解第五章 慢性病治疗要穴图解第六章 女性问题治疗要穴图解第七章 其他病症治疗要穴图解附：临床要穴歌诀

<<特效经穴对症治疗图解>>

章节摘录

注意事项 刺激上述穴位，一次即可缓解背痛。

使用靠垫。

很多汽车中的座位无法起到支撑腰背部的作用。

只有少数汽车为司机提供了可调的腰部支撑。

因此，在乘坐汽车时，可在腰背部添加靠垫以供支撑。

手臂放在背后。

可卷起一条毛巾或羊毛衫，使它的周长大约与自己的前臂相同，然后将卷起的织物放在腰与座位靠背之间。

也可简单地将自己的前臂放在腰与座位靠背之间，以减轻背部的压力。

但是，即使有最好的背部支撑，“坐”这一动作仍会对背造成压力，因此每隔几分钟即应至少稍稍调整一下腰的弯曲程度。

日常可做以下运动放松腰背部。

单膝触胸：仰面躺下，双膝弯曲，双脚平放在地板上。

双手抓住一只大腿的背面，轻轻地、缓慢地拉向胸部，直至感到轻微的张力。

保持这个姿势从1数到10，然后放松。

同一条腿练习4~5次，然后换另一条腿。

这个练习能够伸展髋部、臀部和腰部的肌肉，因为经过一整天的坐或立，这些肌肉已缩短、变紧、发僵。

对其他运动来说，这也是很好的热身练习。

双膝触胸：仰面躺下，双膝弯曲，双脚平放在地板上。

这次抓住两只大腿，轻轻地、缓慢地拉向胸部，尽可能靠近。

同样，只拉到能感觉轻微的张力就可以了，并且不要弹回。

保持这个姿势从1数到10，然后放松。

重复练习4~5次，然后进行下一个练习。

腰椎转动：仰面躺下，双膝弯曲，双脚平放在地板上，脚后跟尽量接触臀部。

保持双膝并拢、双肩触地，缓慢地让双膝转动至身体右侧，直至感到适度的张力。

.....

<<特效经穴对症治疗图解>>

编辑推荐

《特效经穴对症治疗图解》经络百穴图解+对症治疗图解，掌握一种疗法，收获一生健康。

<<特效经穴对症治疗图解>>

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>