

<<手到病自除>>

图书基本信息

书名：<<手到病自除>>

13位ISBN编号：9787807539919

10位ISBN编号：7807539917

出版时间：2010-4

出版时间：哈尔滨出版社

作者：吴健人

页数：201

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>

## <<手到病自除>>

### 内容概要

人体是一个有机整体，内脏的生理、病理状况，可以反映在相应的体表组织上。

手在人体具有特殊的地位，是十二经络的集散地，内脏疾病可以通过经络系统反映在手上。

人体是一个完美、高级的自控系统，各组成部分相互联系，信息互往。

而手是人体接触和改造外部世界最直接、最敏感的部位，外部世界反馈到脑的信息大部分是从手获得的。

另外，手部血管神经分布密集，所以手是人体信息相对集中的部位，各种正常和异常的信息都可在手上显示。

手是人体最直观的健康地图，详细地解读手部密码，能第一时间把握健康动态。

本书运用通俗易懂的语言，深入浅出地介绍了手部保健按摩的作用机理，以及常见疾病的手部按摩疗法，并配以大量图片，使读者更直观、更明了地学习和掌握各种手部按摩技巧。

利用本书的指导方法，足不出户便可驱除病魔，预防和治疗各种疾病。

健康写在手上，保健从手做起。

伸出你的双手，捧起健康人生！

## &lt;&lt;手到病自除&gt;&gt;

## 书籍目录

序言第一章 了解自己的双手 手的结构常识 你的手透露你的健康状况 手部外形和构成部分  
 手部皮肤及掌纹 手部骨骼有哪些组成部分 手部经络是人体气血运行的通路 拇指与哪些  
 经脉相连 食指与哪些经脉相连 中指与哪些经脉相连 无名指与哪些经脉相连 小指与哪  
 些经脉相连 手部穴位与病理反应点 手阳明大肠经穴 手少阳三焦经穴 手太阳小肠经穴  
 手太阴肺经穴 手厥阴心包经穴 手少阴心经穴 经外奇穴 手部病理反应点 学会观指  
 甲察健康 观察指甲颜色诊病 从指甲纵纹看代谢情况 从指甲横纹看胃肠功能的好坏 指  
 甲斑点亮起脑供血红灯 匙状指甲表示的健康状况 扁平指甲表示的健康状况 软指甲表示的  
 健康状况 破译手掌上的奥秘 看手掌的颜色诊病 掌斑敲响血液循环警钟 识破手指上的玄机  
 拇指根连着呼吸与胃肠 小指根是精力的象征 食指可反映胃肠功能 无名指是肝胆功能  
 的预警器 小指可透视膀胱和心脏 小指是小肠功能的监测站第二章 手部按摩保健常识 手部  
 按摩保健原理 阴阳平衡学说 血液循环学说 经络学说 神经反射学说 内源药物因子  
 学说 生物全息理论学说 手部按摩区域的选配 对症选配法 关联反射区选配法 脏腑辨  
 证选配法 阳性反应点选配法 手部按摩基本知识 按摩手法 按摩工具 操作要点 常  
 用的按摩膏 适应证与禁忌证 注意事项 其他保健疗法 灸法 牙签刺激 衣夹刺激  
 吹风机妙用 健身锤保健法 健身球保健法第三章 手部反射区定位及功效 手掌反射区定位  
 及功效 大脑(头部) 额窦 .....第四章 常见病症的治疗第五章 手部保健与护理

## <<手到病自除>>

### 章节摘录

第一章 了解自己的双手手的结构常识你的手透露你的健康状况人体是一个统一的整体，这个整体离不开各个局部，而且整体的某些信息也可以通过局部来反映。

由于双手的特殊性，常被人们用来作为了解机体健康状况的窗口。

例如，自主神经功能失调者，手和脚就多汗；脑部血液循环不良，可在指甲部出现黑红瘀斑；维生素A缺乏者，手足皮肤粗糙、角化；微量元素锌缺乏时。

手指尖可出现糜烂、脱屑；胃肠功能不佳者，食指半月甲呈粉红色；肝功能不良者，指甲常嵌入肉里或呈勺形。

同时，局部信息的变化也可能影响到整体的某些特性。

因此，对双手进行按摩，通过经络系统和神经反射作用，可调整机体功能状态，从而起到防病治病和保健的作用。

例如，经常摩擦按揉双手，可防治动脉硬化、降低血脂、激发大脑潜能而增加智力；常按摩大小鱼际，可宣肺止咳、健脾和胃、调肝明目；常擦手背，可降低血压等。

## <<手到病自除>>

### 编辑推荐

何必四处求医问药，手中自有健康真道。

手掌隐藏着密集的生命信息，是人生疾病、性格、情爱的破译，是人体最直观的健康地图。

详细地解读手部密码，掌握手部反射区自疗方法，能让你第一时间把握健康动态，成为你祛除疾病、受益终生的灵丹妙药。

人体是一个完美、高级的自控系统，各组成部分相互联系，信息互往。

内脏的生理、病理状况，都可以反映在相应的体表组织上。

手在人体具有特殊的地位，是十二经络的集散地，身体疾病可以通过经络系统而反映在手上。

手部布满了与人体器官紧密相连的经络和穴位，是人体信息相对集中的部位，体内某部位若发生异常，手部就必然会发生相应变化，各种正常和异常的信息都可在手上显示，而按摩手上不同的点、穴、区，就能诊断、预防和治疗人体相应部位的疾病。

反射区是身体的特效药方，反射区按摩是你和家人健康的家庭医生。

与其买延年之药，不如按长寿之穴！

不论何时何地都可以简单应用的按摩书，三秒钟让你轻松找准手部特效反射区，只需一按，立即就能消除病患和不适！

最宝贵的防病治病、强身健体的机会，掌握在你自己的手中。

这本简单有效的健康书，直观，明了，人人能看懂，人人能照做，掌握本书的指导方法，足不出户便可驱除病魔，预防和治疗各种疾病。

<<手到病自除>>

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>