

<<找准穴、取对穴按摩必学图典>>

图书基本信息

书名：<<找准穴、取对穴按摩必学图典>>

13位ISBN编号：9787506471664

10位ISBN编号：7506471663

出版时间：2011-1

出版时间：中国纺织

作者：时素华

页数：299

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>

<<找准穴、取对穴按摩必学图典>>

内容概要

经络、腧穴及其养生作用 认识经络——沟通人体上下内外的通道 认识腧穴——调节阴阳、强身健体的神奇灵药 经络养生——养生应以调理经穴为本 腧穴的定位方法 寻找穴位的原则  
腧穴的标准定位和常见取穴法 找穴取穴定位速查 手太阴肺经 手少阴心经 手厥阴心包经 督脉 手阳明大肠经 手太阳小肠经 手少阳三焦经 任脉 足阳明胃经 足太阳膀胱经 足少阳胆经 经外奇穴 足太阴脾经 足少阴肾经 足厥阴肝经 经穴与身体保健的密切关系 脏腑配属经络 经络可以治未病 经络和气功“一体双生” 认识经络与针灸的关系 身体病于内。  
经络治于外 认识经络与改善疾病的关系 运动经络强身健体 认识经络与美容的关系

<<找准穴、取对穴按摩必学图典>>

书籍目录

人体正面全身穴位挂图 人体背面全身穴位挂图 人体侧面全身穴位挂图 人体正面全身经络挂图 人体背面全身经络挂图 人体侧面全身经络挂图 第一章 经络、腧穴及其养生作用 认识经络——沟通人体上下内外的通道 经络的发现及其与现代医学的关系 经络的发现 经络的概念 现代医学对经络的解读 经络的作用 联系脏腑，沟通内外 运行气血，营养全身 抗御病邪，保卫机体 经络的组成 认识十二正经 认识奇经八脉 认识十二经别 认识十五络脉 认识十二经筋 认识十二皮部 经络是阴阳五行的缩影 经络腧穴中蕴藏的阴阳 经络与五行 经络的走向、交接规律、表里关系及流注次序 经络的走向、交接规律 经络的表里关系 经络的流注次序 认识腧穴——调节阴阳、强身健体的神奇灵药 腧穴的概念 腧穴的分类 常用的腧穴 特定穴 腧穴的养生健体作用 预防疾病 近处作用 远端作用 反映病痛 双向调节作用 特殊作用 腧穴的命名 根据所在部位命名 根据辅疗作用命名 利用天体命名 利用地貌命名 借助建筑物命名 参照动植物命名 结合中医理论命名 腧穴的穴性 经络养生——养生应以调理经穴为本 经络养生的原理 常用的经络养生方法 针灸 推拿按摩 刮痧 拔罐 穴位贴敷 四季经络养生 第二章 腧穴的定位方法 第三章 找穴取定位速查 第四章 经穴与身体保健的密切关系 附录1 常见疾病选穴指南 附录2 特定穴索引 附录3 穴性分类速查 附录4 穴名拼音索引

## <<找准穴、取对穴按摩必学图典>>

### 章节摘录

插图：井穴：井穴寓意地下泉水初出，微小而浅。

井穴是经气始出之处，均位于指(趾)端，用以形容四肢各经的末端穴。

井穴是常用的急救要穴，对神志病和心下闷满有很好的改善作用，多用于昏迷、厥证。

荥穴：荥，指小水成流，用以形容位于井穴之后的第2穴。

荥穴是经气稍盛之处，如水之微流。

主要用于清泄各经热证，阳经主外热，阴经主内热。

输穴：输，意指水流渐大可输送、灌注，用以形容位于荥穴之后的第3穴。

输穴是经气渐盛，如水流注入。

阳经输穴可改善各经痛症及循经远道病症；阴经输穴即各经原穴，可以缓解各种风痛，并反映所属脏器病证。

经穴：经，寓指水流行经较直、较长，用以形容位于输穴之后的第4穴。

经穴是经气更盛之处，如水流通行(经过)，主要用于循经远道作为配穴，用于寒热、喘咳等。

合穴：合，寓指水流汇合入深，用以形容位于经穴之后肘膝关节附近的第5穴。

合穴是经气充盛之处，如水流汇入。

阴经合穴用于肠胃等六腑病症，足阳经合穴主要用于腑病，手阳经合穴多用于外经病证。

经脉就像大江大河流淌在我们的身体之中，灌溉着身体的五脏六腑、形体官窍。

五输穴更形象地指出了这些大江大河在哪里发源，在哪里会聚，即“所出为井，所溜为荥，所注为输，所行为经，所入为合。

”经脉的发源地在井、泉，“气由此而出，如井泉之发，其气正深也”；脉气顺势向下急流，“经脉急流日溜”，称之为荥，“脉气出于井而溜于荥，其气尚微也”；数条小溪流慢慢地会聚灌注、会聚，脉气越来越大，所注为输，所行为经；最后会聚成大江大河，深入体内(五输穴详见附录2)。

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>