

<<腧穴定位速查速记图典>>

图书基本信息

书名：<<腧穴定位速查速记图典>>

13位ISBN编号：9787509154014

10位ISBN编号：7509154014

出版时间：2012-2

出版时间：人民军医出版社

作者：孙志波，易文军 主编

页数：374

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>

## <<腧穴定位速查速记图典>>

### 内容概要

《腧穴定位速查速记图典(经典珍藏版)(附挂图)》以国家腧穴标准为依据,系统而详备地介绍了穴位的定位、简易取穴、按摩方法、功效主治、配伍、刺灸方法等内容,内容涵盖全身700多个穴位,并配以人体经穴图400余幅,具有生动、真实、简明、准确的特点。

书中还介绍了常见病证的经穴按摩方与增效食疗方,不仅可供读者快速查找腧穴,了解穴位功能,而且能用于日常养生治病。

《腧穴定位速查速记图典(经典珍藏版)(附挂图)》内容丰富、图文并茂、制作精美,是广大中医师、中医院校学生、中医爱好者速查速记速用的必备图书。

## <<腧穴定位速查速记图典>>

### 作者简介

孙志波，医学博士。

男，现就职于中国中医科学院中医古籍出版社，任总编室主任，从事古籍整理出版工作。编辑出版《黄帝内经大词典》《中医古籍孤本大全》《咏学名著十二种》《温病条辨》等近二百种图书。

获“第二届中国出版政府奖图书奖提名奖”，发表专业论文10余篇。

易文军，主治医师。

男，毕业于北京中医药大学。

现就职于中国中医科学院中国针灸学会，主要从事针灸的临床及管理工作，参与组织针灸国家标准的制定，制作国家标准艾灸的推广与应用科普宣传光盘1张。

# <<腧穴定位速查速记图典>>

## 书籍目录

### 第一章 认识经络与腧穴

经穴是人体健康的关键  
把握腧穴的主治规律  
一学就会的简易取穴法  
简单实用的按摩方法  
穴位按摩的注意事项

### 第二章 手太阳肺经(11穴)

中府穴气喘咳嗽找中府  
云门穴胸闷烦痛找云门  
天府穴鼻衄气喘找天府  
侠白穴胸肋疼痛找侠白  
尺泽穴咳嗽咽痛找尺泽  
孔最穴咯血痔疾找孔最  
列缺穴伤风头痛找列缺  
经渠穴腕痛掌热找经渠  
太渊穴心肺疾病找太渊  
鱼际穴失声发热找鱼际  
少商穴风热感冒找少商

### 第三章 手阳明大肠经(20穴)

商阳穴调理肠胃找商阳  
二间穴腹胀鼻衄找二间  
三间穴腹泻腹胀找三间  
合谷穴昏迷目眩找合谷  
阳溪穴头痛炎症找阳溪  
偏历穴耳鸣麻痺找偏历  
温溜穴鼻衄出血找温溜  
下廉穴手肘疼痛找下廉  
上廉穴肩周炎的克星  
手三里穴通络健脾找手三里  
曲池穴感冒消炎找曲池  
肘髎穴麻木肘痛找肘髎  
手五里穴上肢挛痛找手五里  
臂臑穴眼疾疼痛找臂臑  
肩髃穴肩臂挛痛找肩髃  
巨骨穴肩颈酸痛找巨骨  
天鼎穴喉舌疾病找天鼎  
扶突穴干咳气喘找扶突  
口禾髎穴鼻部疾病的克星  
迎香穴治疗鼻疾的特效穴

### 第四章 足阳明胃经(45穴)

承泣穴眼部疾病找承泣  
四白穴赶走青光眼的困扰

.....

### 第五章 足太阳脾经(21穴)

### 第六章 手少阴心经(9穴)

<<腧穴定位速查速记图典>>

- 第七章 手太阳小肠经 (19穴)
- 第八章 足太阳膀胱经 (67穴)
- 第九章 足少阴肾经 (27穴)
- 第十章 手厥阴心包经 (9穴)
- 第十一章 手太阳三焦经 (23穴)
- 第十二章 足少阳胆经 (44穴)
- 第十三章 足厥阴肝经 (14穴)
- 第十四章 任脉经穴 (24穴)
- 第十五章 督脉经穴 (28穴)
- 第十六章 经外奇穴 (52穴)
- 第十七章 常见病症的按摩治疗

## <<腧穴定位速查速记图典>>

### 章节摘录

版权页：插图：掐法用拇指和示指尖端一上一下重按穴位，或两手指同时用力掐掐。常与揉法搭配使用。

能疏通经络，镇静安神，开窍解郁。

为了避免刺破皮肤，按摩时，要掌握好指力。

可以在掐穴处垫块薄布，以增进疗效，缓解疼痛。

掐后要再揉一会儿。

(2) 巧用硬物刺激按摩法牙签刺激法：把五六支牙签用橡皮条绑好，以尖端部分连续扎刺等方式刺激穴位刺激强度过大的，可以用牙签圆头部分，亦可避免扎伤。

此法与针刺疗法的效果相似，且危险性小。

吹风机刺激法：不习惯用艾灸的人，可以用吹风机代替。

以吹风机的暖风对准穴位附近区域，可以刺激穴位，并能通经活络，祛湿散风。

圆珠笔刺激法：对于不好使力的穴位，可以利用圆珠笔或铅笔点压来刺激。

此法压按穴位的面积比较广，且刺激较温和。

硬球刺激法：脊背两侧有许多重要的穴位，但自己是无法够到的，这时，可以借助高尔夫球或软式棒球来轻易地达到目的。

具体方法为：仰卧，将球放在背部穴位的位置，借助身体的重量与球的弹性，对各个穴位进行充分刺激。

此外，利用呼吸的变化可以使按摩效果达到最好。

一般吸气时，肌肉收缩而僵硬，这时刺激穴位传导较差。

而呼气时，肌肉松弛而柔软，此时给予刺激，不仅痛感少，并且传导佳，反射感应也最好。

## <<腧穴定位速查速记图典>>

### 编辑推荐

《腧穴定位速查速记图典(经典珍藏版)》编辑推荐：中医按摩师、中医院校学生必备手册，不花钱不吃药一学就会一用就灵，一家一人会省下医疗费，200多幅精美插图，500穴位精准定位，100多种疾病治疗。

《腧穴定位速查速记图典(经典珍藏版)》以国家标准腧穴位置为依据，共收录经穴、奇穴等500多个穴位，具有生动、真实、简要、准确的特点。并配有插图20余幅，图文互参，方便实用，易于学习掌握，适于中医师、中医院校学生、中医爱好阅读。

<<腧穴定位速查速记图典>>

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>