

<<图解常见病自我点穴疗法>>

图书基本信息

书名：<<图解常见病自我点穴疗法>>

13位ISBN编号：9787509157213

10位ISBN编号：7509157218

出版时间：2012-8

出版时间：人民军医出版社

作者：杨树文

页数：238

字数：148000

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>

## <<图解常见病自我点穴疗法>>

### 内容概要

杨树文编著的《图解常见病自我点穴疗法》是一部自我点穴按摩治疗常见病症的专著。作者根据祖传宝贵按摩经验和40多年从事按摩医疗实践经验，详尽介绍了40种常见病症的自我点穴按摩方法。

《图解常见病自我点穴疗法》内容通俗易懂，275幅插图精美直观，方法简便易学，实用有效，无任何痛苦和副作用。每一个点按穴位，每一种按摩手法，都配有插图。

读者一看就懂，一学就会，一用就灵。

本书特别适合广大读者照书自学，为自己进行点穴按摩治疗常见病症，也可供广大专业按摩人员和业余按摩爱好者参考和借鉴。

## <<图解常见病自我点穴疗法>>

### 作者简介

杨树文，著名中医按摩专家、武术养生专家。

作者不仅继承了祖传的宝贵按摩经验，而且在40多年的实践中发扬光大。

《图解常见病自我点穴疗法》就是作者多年按摩实践经验的结晶。

作者于1994年入选中国中医药出版社出版的《中国当代名医良药实用辞典》，并先后入选《中华当代名人辞典》《中国大百科专家人物传集》等辞书。

中央人民广播电台，北京、海南、四川等省市电视台，《健康文摘》《自然医学》《中国医药报》《中国青年报》《华侨报》《澳门日报》和CHINA SPORTS等媒体，报道了他的技法和事迹。

1989年至今，作者已出版15部按摩和健康专著，发表论文39篇。

## <<图解常见病自我点穴疗法>>

### 书籍目录

#### 第1章 治病良方——自我点穴按摩

- 一、自我点穴按摩的特点
- 二、自我点穴按摩的适应证
- 三、自我点穴按摩的禁忌证
- 四、自我点穴按摩的作用和治病原理
- 五、自我点穴按摩疗法的治疗次数、疗程和时间
- 六、自我点穴按摩的注意事项
- 七、怎样学习自我点穴按摩

#### 第2章 自我点穴按摩常用手法

- 一、点按法
- 二、揉法
- 三、推法
- 四、拿法
- 五、拍法
- 六、捏法

#### 第3章 经络和穴位常识

- 一、经络常识
- 二、穴位常识
- 三、穴位的作用
- 四、穴位的含义

#### 第4章 自我点穴按摩常用穴位

- 一、头面、颈部常用穴位(共31穴)
- 二、胸、腹、肩部常用穴位(共17穴)
- 三、上肢常用穴位(共17穴)
- 四、下肢常用穴位(共22穴)
- 五、怎样取穴

#### 第5章 内科常见病症的自我点穴按摩治疗

- 一、头痛、偏头痛
- 二、感冒
- 三、咳嗽。
- 四、支气管炎、哮喘
- 五、高血压
- 六、低血压
- 七、冠心病
- 八、胃痛
- 九、胃下垂
- 十、便秘
- 十一、腹泻
- 十二、糖尿病

#### 第6章 神经科常见病症的自我点穴按摩治疗

- 一、神经衰弱
- 二、面神经麻痹
- 三、坐骨神经痛
- 四、偏瘫

#### 第7章 女性常见病症的自我点穴按摩治疗

## <<图解常见病自我点穴疗法>>

- 一、痛经
- 二、月经不调
- 三、白带过多
- 四、盆腔炎
- 五、乳腺增生

### 第8章 男性常见病症的自我点穴按摩治疗

- 一、慢性前列腺炎
- 二、阳痿
- 三、早泄

### 第9章 五官科常见病症的自我点穴按摩治疗

- 一、近视
- 二、老视、白内障
- 三、慢性鼻炎
- 四、慢性咽炎
- 五、耳鸣、耳聋
- 六、牙痛

### 第10章 伤科常见病症的自我点穴按摩治疗

- 一、落枕
- 二、颈椎病
- 三、肩关节周围炎
- 四、腕关节扭挫伤
- 五、风湿性膝关节炎
- 六、踝关节扭伤

### 附录 作者最新力作

《中医点穴按摩八大绝技》介绍

“杨树文自然疗法绝学系列”介绍

- 1. 《这样减肥最有效》
- 2. 《这样催眠最有效》
- 3. 《这样增高最有效》
- 4. 《这样丰胸最有效》

## <<图解常见病自我点穴疗法>>

### 章节摘录

版权页：插图：穴位又称为腧穴、气穴、孔穴、穴道等，是脏腑、经络之气输注于体表的部位，具有接受刺激的功能。

“腧”具有转输和输注的意思，“穴”具有空隙和聚集的意思。

凡是有一定名称和一定部位，按照十四经脉排列的穴位，称为“经穴”。

没有列入十四经脉，而从临床实践中逐渐发现的经验穴，称为“经外奇穴”。

没有一定名称和具体位置，以压痛点而定穴的，称为“阿是穴”，又称“天应穴”。

穴位的发现和定位是在实践中不断认识的。

人体上的穴位，单穴有52个，双穴有309个，常用经外奇穴47个。

其中，手太阴肺经有双穴11个（左、右共计22个穴位，下同），手阳明大肠经有双穴20个，足阳明胃经有双穴45个，足太阴脾经有双穴21个，手少阴心经有双穴9个，手太阳小肠经有双穴19个，足太阳膀胱经穴位最多，有双穴67个，足少阴肾经有双穴27个，手厥阴心包经有双穴9个，手少阳三焦经有双穴23个，足少阳胆经有双穴44个，足厥阴肝经有双穴14个，任脉有单穴24个，督脉有单穴28个，常用经外奇穴47个。

<<图解常见病自我点穴疗法>>

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>