

<<经络疏通百病消>>

图书基本信息

书名：<<经络疏通百病消>>

13位ISBN编号：9787509158685

10位ISBN编号：7509158680

出版时间：2012-8

出版时间：人民军医出版社

作者：郭长青

页数：328

字数：404000

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>

## <<经络疏通百病消>>

### 前言

中医穴位刺激治疗是中医药学的重要组成部分，是我国医学先驱者智慧的结晶，在中华民族的繁衍生息过程中发挥了重要的作用。

随着医疗条件的改善，人们对健康提出了更高的要求，在崇尚自然疗法的今天，它作为一种疗效显著、简便易行、痛苦小、不良反应少的自然疗法受到越来越多的现代人的青睐。

经络穴位治病在我国具有悠久的历史，我国的先人们在与疾病斗争的过程中，不断地总结经验，并将其升华为系统的经络穴位治疗理论，用于指导经络穴位的临床治疗，取得了良好的治疗效果。

相传，远在新石器时代，就已经有人使用砭石来砭刺放血，割刺脓疡；或用热熨、按摩、叩击体表；或在体表某一部位用火烤、烧的等方法来减轻和消除伤痛。

这样，时间一久，便逐渐意识到体表的某些部位具有治疗疾病的作用。

后来有人便命名了这些具有医疗作用的特殊部位，这就是我们现在所称的“穴位”。

穴位又叫“腧穴”“穴道”“穴眼”等。

穴位的发现，丰富了人类的医疗手段，解除了人们的痛苦。

在几千年的经络穴位应用的临床实践当中，对许多疾病积累了诸多行之有效的治疗方法。

随着近年宣传力度的加大，人们对传统医学有了新的认识，迫切需要了解或掌握一些传统医学知识，以备应用或日常保健。

总结和普及经络穴位治病知识，具有重要的现实意义。

本书以经络为主轴，配合腧穴，采用按摩、艾灸、刮痧在人体上进行操作，从而进行养生与治疗，是一本常见疾病自我诊疗方面的图书。

## <<经络疏通百病消>>

### 内容概要

编者以经络为主轴，配合腧穴治疗各种伤病的主导思想，详细介绍了按摩、艾灸、刮痧等养生、治疗方法，包括临床各科常见疾病的经络疏通方法，如按摩手法技巧、艾灸方法技巧，刮痧方法技巧，以及专家特别提示等。

本书语言简洁，通俗易懂，图文并茂，直观形象，是一本有利于中医传统疗法推广运用，适合读者家庭自我诊疗保健，以及初级中医师自学提高的参考读物。

## &lt;&lt;经络疏通百病消&gt;&gt;

## 书籍目录

第1章 了解全身的经络腧穴第一节 经络一、基本概念二、经络的作用和意义三、经络系统的组成  
 第二节 腧穴一、基本概念二、腧穴的组成三、腧穴的作用和意义四、具有特殊效果的腧穴五、找准腧穴的诀窍第三节 经络疏通的主体一、手太阴肺经二、手阳明大肠经三、足阳明胃经四、足太阴脾经五、手少阴心经六、手太阳小肠经七、足太阳膀胱经八、足少阴肾经九、手厥阴心包经十、手少阳三焦经十一、足少阳胆经十二、足厥阴肝经十三、督脉十四、任脉十五、经外奇穴第2章 按摩、艾灸、刮痧第一节 按摩方法介绍一、指压法二、指点法三、掐法四、指揉法五、弹拨法六、掌拍法七、揉法八、摩法九、掌按法十、擦法十一、抹法十二、掌揉法十三、运法十四、捏法十五、搓法十六、捣法十七、拿法十八、推法第二节 刮痧方法介绍一、刮痧法二、放痧法三、挑痧法四、揪痧法五、扯痧法六、挤痧法七、焯痧法八、拍痧法第三节 艾灸方法介绍一、艾炷灸法二、艾条灸法三、温针灸灸四、温灸器灸五、灸法的适应证与禁忌证第3章 经络疏通治呼吸系统疾病一、感冒二、支气管炎三、支气管哮喘四、肺炎五、慢性肺源性心脏病第4章 经络疏通治心血管系统疾病一、心律失常二、早期高血压病三、低血压四、冠心病第5章 经络疏通治消化系统疾病一、慢性胃炎二、急性胃肠炎三、消化性溃疡四、功能性消化不良、胃下垂五、胃食管反流病六、慢性胆囊炎七、脂肪肝八、习惯性便秘第6章 经络疏通治泌尿生殖系统疾病一、慢性肾盂肾炎二、尿潴留三、尿路感染、前列腺炎四、前列腺增生五、早泄六、阳痿第7章 经络疏通治内分泌和代谢疾病一、糖尿病二、甲状腺功能亢进症三、单纯性肥胖症四、高脂血症第8章 经络疏通治神经系统疾病一、面神经麻痹二、三叉神经痛三、癫痫四、老年痴呆症五、帕金森病六、卒中后遗症第9章 经络疏通治伤科疾病一、神经根型颈椎病二、落枕三、肩关节周围炎四、急性腰扭伤五、慢性腰肌劳损六、腰椎间盘突出症七、坐骨神经痛八、膝关节骨性关节炎九、踝关节扭伤第10章 经络疏通治妇产科疾病一、痛经二、闭经三、经前紧张综合征四、更年期综合征五、不孕症六、产后缺乳七、产后腹痛八、产后便秘第11章 经络疏通治儿科疾病一、小儿高热惊厥二、小儿营养不良三、小儿厌食症四、小儿流涎五、小儿腹泻六、小儿遗尿七、小儿夜啼八、小儿多动症第12章 经络疏通治五官科疾病一、假性近视二、慢性咽炎三、咽神经官能症四、慢性鼻炎五、耳鸣六、牙痛第13章 经络疏通治其他疾病一、失眠二、抑郁症三、头痛四、面肌痉挛

## &lt;&lt;经络疏通百病消&gt;&gt;

## 章节摘录

第1章 了解全身的经络腧穴 第一节 经络 经络学说是我国医学基础理论的核心之一，源于远古，服务当今。

在两千多年的医学长河中，一直为中华民族的健康发挥着重要的作用。

然而，中医学中人体的经络，在显微镜下、在尸体上看不见摸不着，然而几千年来，中国的刮痧、拔罐、砭石、足疗及中医针灸、推拿按摩这些经络密切相关的技术对中华民族的养生、保健、医疗又起着巨大的作用。

经络却又是无处不证明其实实在在的存在着。

这些看不见、摸不着却又行之有效的经络究竟是什么？

它保健养生、治病防病的奥秘究竟在哪里？

这里，我们将地球比成人体来说明这个问题。

大家都知道，地球上有着经线和纬线，起到网织地球的作用。

相应地，人体上有着纵行的经脉和走行其间起到联络经脉作用的络脉，经脉与络脉相互交织，网络人体，共同构成了人体的经络系统。

人体上的穴位就如同地球上的河流、湖泊。

地球上的河流、湖泊，星罗棋布，滋养着山川树木，由于河流、湖泊的滋润，地球上的生命才能欣欣向荣，人类才能居住在有着美好生活环境的地球上。

同样的，人体的穴位分布于人体上的各个部位，其间运行的是气血津液，起到滋养人体脏腑、肌肉、骨骼、筋脉等的作用，穴位里的气血津液充足，人的生命才能欣欣向荣。

一、基本概念 经络是人类的一种奇特的生命结构，是运行气血、联系脏腑和体表及全身各部的通道，是人体功能的调控系统。

经络学也是针灸、按摩、气功、推拿、刮痧、拔罐等的基础，是中医学的重要组成部分。

二、经络的作用和意义 1. 联系脏腑、沟通内外 《灵枢·海论》指出：“夫十二经脉者，内属于脏腑，外络于肢节。

”人体的五脏六腑、四肢百骸、五官九窍、皮肉筋骨等组织器官，之所以能保持相对的协调与统一，完成正常的生理活动，是依靠经络系统的联络沟通而实现的。

经络中的经脉、经别与奇经八脉、十五络脉，纵横交错，入里出表，通上达下，联系人体各脏腑组织；经筋、皮部联系肢体肌肉皮肤；浮络和孙络联系人体各细微部分。

这样，经络将人体联系成了一个有机的整体。

经络的联络沟通作用，还反映在经络具有传导功能。

体表感受病邪和各种刺激，可传导于脏腑；脏腑的生理功能失常，亦可反应于体表。

这些都是经络联络沟通作用的具体表现。

2. 运行气血、营养全身 《灵枢·本藏》指出：“经脉者，所以行血气而营阴阳，濡筋骨，利关节者也。

”气血是人体生命活动的物质基础，全身各组织器官只有得到气血的温养和濡润才能完成正常的生理功能。

经络是人体气血运行的通道，能将营养物质输布到全身各组织脏器，使脏腑组织得以营养，筋骨得以濡润，关节得以通利。

3. 抗御病邪、保卫机体 营气行于脉中，卫气行于脉外。

经络“行血气”而使营卫之气密布周身，在内和调于五脏，洒陈于六腑，在外抗御病邪，防止内侵。

外邪侵犯人体由表及里，先从皮毛开始。

卫气充实于络脉，络脉散布于全身而密布于皮部，当外邪侵犯机体时，卫气首当其冲发挥其抗御外邪、保卫机体的屏障作用。

如《素问·缪刺论》所说：“夫邪客于形也，必先舍于皮毛，留而不去，入舍于孙脉，留而不去，入舍于络脉，留而不去，入舍于经脉，内连五脏，散于肠胃。

”三、经络系统的组成 经络系统由经脉和络脉组成，其中经脉包括十二经脉、奇经八脉以及附属于

## &lt;&lt;经络疏通百病消&gt;&gt;

十二经脉的十二经别、十二经筋、十二皮部；络脉包括十五络脉和难以计数的浮络、孙络等。

1. 十二经脉是指十二脏腑所属的经脉，是经络系统的主体，故又称为“十二正经”。

十二经脉分为手三阳经、手三阴经、足三阳经和足三阴经，其名称分别为手阳明大肠经、手太阳小肠经、手少阳三焦经、手太阴肺经、手厥阴心包经、手少阴心经、足阳明胃经、足太阳膀胱经、足少阳胆经、足太阴脾经、足少阴肾经、足厥阴肝经。

其中六条阴经连接六脏，六条阳经连接六腑，并分别与各自相表里的脏或腑相互联系。

阴经分布在身体内侧或腹面，阳经分布在身体外侧或背面。

十二经脉将气血津液等营养物质周流全身，使人体各组织器官、四肢百骸不断地得到营养供应，从而维持身体各种功能活动正常进行。

2. 奇经八脉是指别道奇行的经脉，包括督脉、任脉、冲脉、带脉、阴维脉、阳维脉、阴跷脉、阳跷脉共8条。

这8条经“别道奇行”，但不隶属与十二脏腑，也无相表里的经脉络属，奇经八脉中的任脉和督脉，都有固定的穴位，与十二经脉一起合称为“十四经”，是经络系统的主要部分。

3. 十五络脉十二经脉和任、督二脉各自别出一络，加上脾之大络，共计15条，称为十五络脉。

十二正经的络脉从本经发出，走向相表里的经脉，即阴经的络脉走向阳经，阳经的络脉走向阴经。脾之大络散布胸胁，任脉的络脉散布腹部，督脉的络脉联络足太阳经。

4. 十二经别是十二正经离、入、出、合的别行部分，是正经深入体腔的分支。

十二经别汇合成六组，称为“六合”。

5. 十二经筋是十二经脉的“经气”输布于筋肉骨节的体系，是附属于十二经脉的筋肉系统。

经筋的作用是约束骨骼、屈伸关节、维持人体正常运动功能。

6. 十二皮部是十二经脉功能活动反映于体表的部位。

十二皮部的分布区域是以十二经脉在体表的分布范围而划分的，是居于人体最外层的卫外屏障。

第二节 腧穴一、基本概念 腧穴是人体脏腑经络之气输注于体表的部位，是针灸治疗疾病的刺激点与反应点。

腧与“输”通，有转输、输注的含义；“穴”即孔隙。

所以，腧穴的本义即是指人体脏腑经络之气转输或输注于体表的分肉腠理和骨节交会的特定的子L隙。

二、腧穴的组成 人体的腧穴很多，腧穴之间有联系，不是彼此孤立的，其作用是多方面的，不是单一的。

将具有共性的腧穴加以系统分类，大体上腧穴分为十四经穴、奇穴、阿是穴3类。

1. 十四经穴常叫做“经穴”，指分布在十二经脉和任、督二脉上的腧穴。

它们具有主治本经病证的共同作用，是腧穴中的最主要部分。

2. 奇穴指既有一定的穴名，又有明确的位置，但尚未列入十四经系统的腧穴。

因此，也叫做“经外奇穴”。

奇穴的分布比较分散，对某些病症有一定的特异性治疗作用，如太阳穴治头痛，阑尾穴治阑尾炎等。

3. 阿是穴俗称“压痛点”，古代叫做“以痛为输”。

它既无具体名称，也没有固定位置，而是以压痛点或阳性反应点作为腧穴的，阿是穴实际上是尚未命名的腧穴，是经穴产生的基础。

三、腧穴的作用和意义（一）腧穴的作用 腧穴的主要生理功能是输注脏腑经络气血，沟通体表与体内脏腑的联系。

临床上腧穴有诊断疾病和治疗疾病的作用。

1. 诊断作用 由于腧穴有沟通表里的作用，内在脏腑气血的病理变化可以反应于体表腧穴，相应的腧穴会出现压痛、酸楚、麻木、结节、肿胀、变色、丘疹、凹陷等反应。

因此，利用腧穴的这些病理反应可以帮助诊断疾病。

.....

<<经络疏通百病消>>

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>