

<<单穴妙用双穴并用掌中查>>

图书基本信息

书名：<<单穴妙用双穴并用掌中查>>

13位ISBN编号：9787510116056

10位ISBN编号：7510116058

出版时间：2013-4

出版时间：中国人口出版社

作者：崔晓丽

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>

<<单穴妙用双穴并用掌中查>>

内容概要

《单穴妙用双穴并用掌中查》主要采用单穴及双穴两种不同的取穴方法，针对日常常见疾病，呈献给广大读者有效、操作简单的经络穴位的疗法。

《单穴妙用双穴并用掌中查》的显著特点是：病症的阐述详细具体，穴位讲解通俗易懂，示范图片科学实用，穴位疗法操作简单。

<<单穴妙用双穴并用掌中查>>

作者简介

崔晓丽，北京京城岐黄国医馆馆长，中国针灸学会会员，中华中医药学会会员，中国国际减肥美体行业协会常务理事。

<<单穴妙用双穴并用掌中查>>

书籍目录

第一章 认识人体经络图谱 手太阴肺经 手阳明大肠经 足阳明胃经 足太阴脾经 手少阴心经 手太阳小肠经 足太阳膀胱经 足少阴肾经 手厥阴心包经 手少阳三焦经 足少阳胆经 足厥阴肝经 督脉 任脉 冲脉 带脉 阴维脉 阳维脉 阴跷脉 阳跷脉 第二章 单穴妙用 快速止痛10大急救穴 百会——缓解头痛 人中——缓解心腹绞痛 十宣——缓解咽喉肿痛 合谷——缓解牙痛 劳宫——改善心痛 大椎——改善脊椎痛、颈项痛 哑门——改善头痛、颈项痛 胆囊——改善肋肋胀痛、胆绞痛 素——改善牙齿疼痛 阑尾——改善胃脘痛、腹痛 十二正经急救穴 金门——膀胱经急救穴 会宗——三焦经急救穴 水泉——肾经急救穴 郄门——心包经急救穴 地机——脾经急救穴 孔最——肺经急救穴 阴郄——心经急救穴 中都——肝经急救穴 梁丘——胃经急救穴 温溜——大肠经急救穴 养老——小肠经急救穴 外丘——胆经急救穴 缓解头面部不适的穴位 阳白——清利头目 目窗——发散风热 玉枕——开窍明目 耳门——开窍聪耳 听会——开窍聪耳 耳尖——利咽明目 球后——明目退翳 瞳子——明目退翳 缓解颈项、手臂部不适的穴位 三阳络——聪耳利音 下廉——通经活络 外劳宫——止痛通络 人迎——利咽散结 缓解呼吸道不适的穴位 定喘——止咳平喘 俞府——理气降逆 璇玑——止咳利咽 缓解腰腿部不适的穴位 腰眼——强腰健肾 昆仑——疏通经络 腰痛点——通络止痛 十七椎——止腰骶痛 承扶——消痔通便 腰阳关——除湿散寒 改善月经不调 维道——活血止痛 蠡沟——调经止带 曲泉——疏肝理气 带脉——健脾调经 曲骨——调经止带 次——理气调经 改善皮肤不适的穴位 风市——祛风止痒 百虫窝——散风止痒 督俞——消肿止痒 化痰、消肿、减肥的穴位 滑肉门——减肥止痛 复溜——温阳利水 天枢——减肥消肿 提高睡眠质量 极泉——宽胸宁心 少海——宁心安神 安眠——宁神镇静 第三章 双穴合用效果佳 八脉交会穴配伍 公孙+内关——胃、心、胸部疾病 列缺+照海——肺、咽喉、胸膈疾病 后溪+申脉——眼、耳、颈、肩、小肠、膀胱疾病 足临泣+外关——眼、耳、脸颊、肩、颈疾病 十二经络穴位配伍 腕骨+通里——小肠经疾病 丘墟+蠡沟——胆经疾病 冲阳+公孙——胃经疾病 太白+丰隆——脾经疾病 太渊+偏历——肺经疾病 阳池+内关——三焦经疾病 神门+支正——心经疾病 太冲+光明——肝经疾病 太溪+飞扬——肾经疾病 大陵+外关——心包经疾病 合谷+列缺——大肠经疾病 京骨+大钟——膀胱经疾病 头面部病症 太渊+鱼际——牙痛 手三里+三间——牙痛、各种眼疾 液门+小海——牙龈肿痛 少商+然谷——咽喉肿痛 风池+率谷——头痛 头维+攒竹——头目痛 阳谷+解溪——头面肿 睛明+攒竹——各种眼疾 角孙+丝竹空——白内障 翳风+听宫——各种耳疾 迎香+印堂——各种鼻病 风门+迎香——鼻塞 脑部病症 头临泣+人中——脑卒中 百会+涌泉——脑卒中、癫狂 哑门+风府——脑卒中后遗症 阳陵泉+风市——半身不遂 支正+劳宫——抑郁症 神庭+身柱——癫痫、癫狂 厉兑+隐白——梦魇 心胸部位病症 间使+内关——心痛 神门+少冲——心悸 膻中+巨阙——胸口痛 丘墟+阴陵泉——胸胁痛、胀痛 乳根+少泽——乳房肿块 前谷+乳根——产后乳汁不足 腹部病症 期门+至阳——肝胆疾病1 肝俞+胆俞——肝胆疾病2 天枢+公孙——腹中肿瘤 承浆+带脉——疝气1 筑宾+大敦——疝气2 日月+意舍——呕吐 照海+支沟——便秘 悬钟+阴谷——腹胀 水分+阴交——水肿、腹泻 胃俞+肝俞——黄疸 阳池+太溪——消渴病 生殖泌尿病症 关元+大赫——各种男性疾病 中封+曲泉——遗精 膀胱俞+肾俞——泌尿系统疾病 阴交+中极——各种妇科疾病 血海+隐白——月经淋漓不尽 各种酸痛病症 合谷+中渚——全身酸痛 肩井+肩——肩臂痛 膏肓+神道——臂痛 少府+曲泽——肘臂疼痛 外关+腕骨——手腕疼痛 腰俞+命门——腰痛 肾俞+大肠俞——腰背痛 环跳+委中——腰腿痛 中封+足三里——肌肉疼痛 太冲+伏兔——腿膝麻痺、冷痛 阴市+飞扬——两足拘挛麻痺 阳陵泉+风市——半身不遂、筋紧、麻痺、酸痛 各种感冒及症状 后溪+通里——流行性感 大椎+曲池——风热感冒 风门+风池——风寒感冒 申脉+侠溪——白天发热不退 照海+大都——夜间发热不退 身体疲乏 气海+关元——先天体质虚弱 膏肓+神阙——久病体虚 身柱+合谷——小儿体虚 其他病症 陷谷+阳辅——水肿 阳溪+曲池——皮肤病 膈俞+血海——血液病 颈百劳+通里——汗流不止 少海+足临泣——腋下肿块 灵道+太渊——失语 太白+二白——痔疮1 承山+长强——痔疮2 附录 常用保健穴位速查表

<<单穴妙用双穴并用掌中查>>

章节摘录

版权页：插图：面部，目外眦外侧，眶骨外侧凹陷中。

胜利解剖 有眼轮匝肌，深层为颞肌；当颞眶动、静脉分布处；布有颞面神经和颞颥神经，面神经的额颞支。

特殊功效 疏散风热。

适用头痛，三叉神经痛；目翳，目赤肿痛，白内障；角膜炎，视网膜炎；面部浮肿等病症。

取穴技巧 1.取正坐位，在面部，闭上眼睛时，当眼角纹处，按压有酸胀感（下图）。

2.正坐立，在面部，木外此外外侧0.5寸凹陷中，当眶外缘处。

经穴用法 按摩法：点按法、揉法、指摩法。

灸法：艾条灸5~10分钟。

缓解颈项、手臂部不适的穴位 标准定为在前臂背侧，腕背侧远端横纹上4寸，尺骨与桡骨间隙中点。

生理解剖 在指总伸肌与拇长展肌起端之间；有前臂骨间背侧动、静脉；布有前臂背侧皮神经，深层为前臂骨间背侧神经。

特殊功效 疏通经络。

适用耳聋，暴暗；牙痛；上肢痹痛；脑卒中后遗症等病症。

取穴技巧 抬臂，从掌背横纹中点处直上量4横指处为支沟，从支沟上1寸处，尺骨与桡骨间隙中点（右图）。

经穴用法 按摩法：手握空拳敲打两侧三阳络穴各3分钟。

标准定位 在前臂背面桡侧，阳溪与曲池连线上，肘横纹下4寸。

生理解剖 在桡骨的桡侧，桡侧有腕伸短肌及腕伸长肌，深层有旋后肌；有桡动脉分支；布有前臂背侧皮神经及桡神经深支。

特殊功效 调理脏腑。

适用头痛、眩晕、目痛；牙痛，扁桃腺炎；腹胀，腹痛；肘臂痛；急性脑血管病等病症。

取穴叫 1.取前臂侧立位，在曲池下4寸处，桡骨外侧。

2.侧腕屈肘，在阳溪与曲池连线1—2/3与1/3的交点处（下图）。

<<单穴妙用双穴并用掌中查>>

编辑推荐

《单穴妙用双穴并用掌中查》由中国人口出版社出版。

<<单穴妙用双穴并用掌中查>>

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>