第一图书网, tushu007.com

# <<老中医教你面耳手足自查自诊>>

## 图书基本信息

书名：<<老中医教你面耳手足自查自诊>>

13位ISBN编号：9787534144875

10位ISBN编号：7534144876

出版时间：2012-6

出版时间：浙江科学技术出版社

作者：杜琳

页数：191

字数：180000

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

## 内容概要

懂得如何同自己的身体进行交流，是所有养生专家共通的长寿密码。
你想健康长寿，请先学会读懂自己身体的健康警报。
杜琳编写的这本《老中医教你面、耳、手、足自查自诊》从面、耳、手、足四个身体部位入手，教你如何自查身体健康状态。

## 作者简介

杜琳，北京中医药大学东直门医院针灸科副主任医师，硕士生导师。
一直从事临床、科研、教学工作，先后承担中医内科疾病、神经科疾病、妇科疾病和骨性关节病变的临床研究工作，完成了中医局和中医药大学的多项科研课题。
先后获得院级、校级各种荣誉；撰写论文20余篇；拥有国家专利1项；先后编写了多部专著及科普读物。
尤其擅长中医健康减肥，拥有扎实的医学理论和多年的临床实践经验，对脂质紊乱代谢导致的肥胖治疗有独到之处。

第一图书网, tushu007.com


## 书籍目录

Part 1 面诊——察颜观色知健康
1 解码面诊
中医面诊渊源
神奇的“五色诊”
面诊的理论发展
面诊的原理及依据
人体是个有机整体
面部能反映脏腑气血盛衰
生物全息论的发展
面部整体诊断的方法
望面色
望五官及舌
望面容
经络是面诊治病的基础
经络汇于“首”
何为形层
2 看面色，人体健康早知道
一定要知道的正常面色
面色易受四季和环境变化的影响
面色也分主色和客色
教你学会“望色十法”看健康
望其浮沉，以辨病位之表里
察其清浊，以辨病性之阴阳
观微甚，以辨邪正之虚实
视散抟，以辨病程之长短
别泽天，以主预后之吉凶
望色诊需注意的事项
知常达变，以常衡变
整体为主，色泽为要
见微知著，排除干扰
外有斑暗示内有淤
蜘蛛痣
黑痣
白斑
雀斑
黄褐斑
青紫斑
红斑
老年斑
五色对应五脏
面部赤红——心
面部苍白——肺
面部青色——肝胆
面部发黑——肾
面部发黄——脾胃

第一图书网, tushu007.com


面部与脏腑对应分布图
……
Part 2 耳诊——观耳辨病巧养生
Part 3 手诊——掌纹细节看健康
Part 4 足诊——对症足疗法祛百病

## 章节摘录

Part 1 面诊——察颜观色知健康　中医面诊渊源　神奇的“五色诊”　面诊的理论发展　面诊的原理及依据　人体是个有机整体　面部能反映脏腑气血盛衰　生物全息论的发展　面部整体诊断的方法　望面色　望五官及舌　望面容　经络是面诊治病的基础　经络汇于“首”　何为形层　一定要知道的正常面色　面色易受四季和环境变化的影响　面色也分主色和客色　教你学会“望色十法”看健康　望其浮沉，以辨病位之表里　察其清浊，以辨病性之阴阳　观微甚，以辨邪正之虚实　视散抟，以辨病程之长短　别泽天，以主预后之吉凶　望色诊需注意的事项　知常达变，以常衡变　整体为主，色泽为要　见微知著，排除干扰　外有斑暗示内有淤　蜘蛛痣　黑痣　白斑　雀斑　黄褐斑　青紫斑　红斑　老年斑　五色对应五脏　面部赤红——心　面部苍白——肺　面部青色——肝胆　面部发黑——肾　面部发黄——脾胃　面部与脏腑对应分布图　头诊——统领身体健康的首脑　望诊头发　望诊头颅　望诊囟门　眼诊-一显示健康状况的荧光屏　眼球诊病　白睛诊病　黑睛诊病　眼部黏膜诊病　眼部其他部位诊病　耳诊——表露健康状况的晴雨表　耳诊在中医诊疗中的意义　耳穴视诊　耳郭阳性反应物　耳穴变色是什么征兆　常见疾病在耳穴的阳性反应　鼻诊——洞察身体疾病的信息员　望鼻诊病的依据及意义　望鼻色诊病　望鼻形诊病　望鼻分泌物及动态变化诊病　人中诊——衡量身体健康的标尺　望人中诊病的理论依据　什么是正常人中　望人中形态　望人中色泽　口唇诊——身体疾病的信号灯　望唇色诊病　望口唇形态诊病　舌诊——获取身体情报的资料库　望舌诊病的依据　舌部与脏腑的对应分布　望舌色　观舌质　望舌态　望舌苔　齿诊一记录人体脏腑的信息表　望牙齿的颜色诊病　望牙齿的形态诊病　望齿龈诊病　头面穴　按上星——巧防前额头痛　按神庭——宁神醒脑长智慧　按角孙——吸湿降浊　按百会——升阳举陷　按神聪——百会之左膀右臂　按风池——平肝息风　按风府——防风祛风　按安眠——还你轻松睡眠　按五处——汇总之要穴　耳穴　按神门——轻松好眠　按脾、胃——促进消化　按耳中——巧止呃逆　按内分泌——调节内分泌　按三焦——还你曼妙身材　按心——养心安神　按肾——强身健体　按皮质下——辅助调节内分泌　按交感——健脾平胃　按内生殖器——生活无烦恼　按眼——还你明眸善睐　按肝一平肝安神　Part 2 耳诊——观耳辨病巧养生　了解你的耳朵　小穴位大健康　观耳能辨病也能自疗　耳穴的定位和主治

## 编辑推荐

任何疾病在治疗之前，必须做出正确的诊断。
我们学习自然疗法进行自我保健，也需与明确诊断相结合，才能做到有的放矢。
在诸多望诊中，面、耳、手、足诊自查相对简便易学，便于实践。
为了初学者学习，从简单开始，这本书仅介绍面、耳、手、足诊的入门知识，深入浅出，图文并茂。
健康就写在你的脸上、你的手上，在这基础上继续努力，你也一定能做到察颜观色知健康的功效。

第一图书网, tushu007.com


## 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