

<<掌纹密码>>

图书基本信息

书名：<<掌纹密码>>

13位ISBN编号：9787538866971

10位ISBN编号：7538866973

出版时间：2011-7

出版时间：黑龙江科技

作者：黄明达//李贞则

页数：199

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>

<<掌纹密码>>

前言

解析掌上密石马，把握健康人生。中医学认为，人体是一个有机的整体，每一局部都与全身脏腑、经络、气血有密切的关联，而人的手掌上血液循环极为丰富，末梢神经集中，而且有六条经脉运行，与大脑、心脏等内脏器官有密切的关系，各脏腑器官在手上基本都可以找到相对应的部位。人手掌中，细细密密的纹线，纵横交叉，盘根错节，它们遵循着人体健康或不健康之间的变化规律，以掌上纹路、色泽的变化，并通过掌纹上形状、走向、长短、粗细等征象，演示病与不适的当下状态。

我国劳动人民在多年的生活中，总结出一系列的掌上诊病的规律，通过这些规律，人们可以自我预防疾病及判断一些常见病。

例如，在中医中，手掌各个部分代表的器官不同，手掌上中央为脾胃，东方为肝脏，肝脏下面为心脏，南方为头面，西方为肺，北方为肾脏。

以手掌的平均色为底色，青色主寒或伤痛或淤滞；红色主内热或瘀血；鲜红色主出血或破伤；紫色主瘀；黄色主黄疸或久瘀；青暗色主肝郁；褐色主病重或恶性病；黑色主肾病或恶性病。

再比如，手指的穴位可以映射到身体其他器官，拇指左侧为胃，右侧为脾，属土；食指左侧为胆，右侧为肝；中指左侧为小肠，右侧为心脏；无名指左侧为大肠，右侧为肺；小指左侧为膀胱，右侧为肾。

通过掌上纹线来把握健康的方法较为独特，诊断效果准确快捷，具有很强的生活实用性，已成为很多人关注健康状况的一个途径。

作者以深蕴的中医学知识及多年临床经验，本着科学性、实用性和趣味性的原则，解析自我诊断健康的密码。

《掌纹密码》的特色在于：掌纹说话：认识掌纹，并清楚掌纹的生成和变化，以此了解自己的身体健康状况。

除此之外，根据掌纹的变化，调节自我的生活习惯。

掌上全息：掌上的全息穴位比自然世界还要复杂和丰富，《掌纹密码》主要集中对人体主要脏腑、经络与掌纹的手掌穴位对应，并根据掌纹寻求健康应对方法。

这部分不仅给读者提供了详细的生活养生解说，而且结合手掌与全身健康经脉之间的联系，呈现全身脏腑经脉在掌上、掌纹中的健康规律，并提供了具体的应对方法和按摩技巧。

掌纹与病：主要探讨生活常见病形成过程中反映在掌上的迹象，为读者提供生活中可简便操作的疗法。

在此，有必要对朋友说这样几句，我们运用掌纹中的养生理论，对症我们的身体现象，达到知晓健康的心情是可以理解的，但不可走极端。

通过掌纹来判断健康有它的实用价值，但它并非万能，自诊出的结果只能作为判断健康和诊病的辅助手段，要想准确判断自身的健康和病理情况，还仍然需要借助正规的医疗检测及相应的治疗手段。

愿朋友们在正确对待掌纹诊病的健康关注中，在更多的身体健康“语言”指示中，领悟并得到一种利于自己身体健康的理念。

<<掌纹密码>>

内容概要

人体的器官是一个系统性的整体，器官所受的任何压力和损伤，都将以人体为介质传递到皮肤表层，并牵引皮肤，形成凹凸形态。

人们经过长期观察、积累、对照，将较大概率的手纹的表象作为诊断的标准。

而这，就是我们日常生活中所说的手诊学。

手诊起源于印度，发展于中国，现代手诊是东西方手诊学相结合的完美体现。

它简单、直观。

易普及，并使手诊这门学科在疾病诊治、养生保健中体现其真正价值。

由黄明达和李贞则主编的《掌纹密码》主要介绍了掌纹医学的基础知识，全书采用图文的方式帮您快速找到大量难觅的纹线，通过掌纹与脏腑对应区图来判断脏腑虚实、盛衰，判断疾病的发生、发展，从而快速找到适合患者的治疗方法。

《掌纹密码》系统、实用，易操作，是一本实用的居家医学宝典，有效促进了养生保健及对疾病的早防早治。

<<掌纹密码>>

书籍目录

第一章 掌纹说话：打开我们健康的说明书

认识掌纹

婴儿期掌纹

青少年时期掌纹

中年时期掌纹

老年期掌纹

掌纹版图上的三大主线

指纹望诊

掌纹中的病根

掌纹中的十四条主线

第二章 掌上识病：从手掌上把握健康

手诊的历史

掌上八卦与健康

望掌形

望掌上气色

掌纹中的病

手指的纹理与疾病

指甲上的健康密码

第三章 掌上经络：人体脏腑循行于掌纹的健康章法

手掌上的穴位

手掌上的心

手掌上的肺

手掌上的肝

手掌上的脾

手掌上的肾

手掌上的其他脏腑部位

第四章 掌纹观病：人体气血反馈在手掌上的常见病

头痛、失眠

眩晕症

中耳炎、耳鸣症

甲状腺疾病

淋巴结核及淋巴结炎

高血压症

糖尿病

心脏病

脑溢血病

肠胃疾病

腰椎间盘突出

泌尿系结石

便秘及痔疮

女性常见不适

附录

附录一 手上穴位图

附录二 手诊按摩歌诀

附录三 手指掌按摩常识

<<掌纹密码>>

附录四 手指掌按摩养生
对症速查使用常识

<<掌纹密码>>

章节摘录

青少年时期掌纹 掌纹会随着年龄及生活环境而发生变化。

10岁左右男女的掌纹特征 骨肉相裹而均匀，手掌上没有青筋显露的现象，这些是健康的象征10岁左右的健康儿童，手掌是红润的，掌上感情线、智慧线、生命线清晰，十指皮肉相裹，关节不突出，乾、坎、艮、震、巽、离、坤、兑八卦部位没有某一部位的特别隆起或者塌陷。

但是，由于性的发育尚不成熟，所以，大鱼际往往高于小鱼际。

同时拇指根部的褶纹呈锁链状，古人称为“孔目”状，掌上没有青筋暴露，如果孩子出现这些掌纹特征，表示这个孩子很健康。

步入青春期后的青少年，由于身心健康趋于定型的时期，是走向成年的过渡阶段，亦是性意识萌发和发展的时期，他们的心理发展和生理发育往往不同步，具有半成熟、半幼稚的特点。

因而，在他们心理素质发展的关键阶段，容易产生一心理失误，甚至心理滑坡迹象。

20岁左右男女的掌纹特征 20岁的人，身体内脏的发育基本成熟，这时手掌上的感情线、智慧线、生命线随着身体的发育变得深而且长，手掌色泽红白匀称。

十指圆润有力，拇指根部的褶纹深长。

由于性腺的成熟，体内出现性激素的正常分泌，所以大鱼际和小鱼际都相对比其他部位隆起，而且这两个鱼际的高度遥遥相对，八卦的各部位也开始丰满起来了。

30岁人的掌纹特征 30岁人的手掌和掌纹较10岁、20岁人的掌纹相比，手部显得更加有力度，八卦各丘的平稳对称更加明显，十指的指节褶纹色泽开始变深，感情线、智慧线、生命线更加清晰而深长。

但是由于30岁的人脑力和体力劳动的增加，使得手掌上开始出现由于微循环不畅导致的红白色斑点，特别是拇指根部的褶纹开始出现断裂、分支的现象，拇指的根部关节开始变大、隆起。

由于接触社会所产生的精神压力，现在的很多人刚进入30岁的中年阶段，手掌的掌纹上，就过早地出现青斑，这表示循环出现不畅。

这一阶段的男女因面临多方面的抉择如婚姻、事业、是否做爸爸妈妈等，就会出现以下一些心理变化：恐惧；焦躁不安、郁郁寡欢；缺乏决断。

30岁左右人的养生调理 30岁为人智力、体力的顶峰阶段，达到肌肉隆盛、筋骨劲强、精力充沛的最佳时期，但也是自顶峰回落、开始走向衰老的时期。

很多人常由于自恃盛年，饮食劳逸皆失节制，当时不觉，实际体质已损，迈入暮年后迅速衰老，故此阶段的养生重在保持和谐适度，虽精力盛壮但不做竭力之事，不任彻夜之劳，食饮有节，起居有常，动静结合，节欲保精，把体力、精力保持在旺盛的水平，可延长青春、延缓衰老。

.....

<<掌纹密码>>

编辑推荐

通过掌上纹线来把握健康的方法较为独特，诊断效果准确快捷，具有很强的生活实用性，已成为很多人关注健康状况的一个途径。

在《掌纹密码》一书中，作者黄明达和李贞则以深蕴的中医学知识及多年临床经验，本着科学性、实用性和趣味性的原则，解析自我诊断健康的密码。

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>