

<<王鸿谟自诊祛病法>>

图书基本信息

书名：<<王鸿谟自诊祛病法>>

13位ISBN编号：9787539936956

10位ISBN编号：7539936959

出版时间：2010-6

出版时间：江苏文艺出版社

作者：王鸿谟

页数：262

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>

## <<王鸿谟自诊祛病法>>

### 内容概要

本书是中医四诊法之首--“望色”法的普及版本。

察颜观病色诊法，失传已久、濒临灭绝。

王鸿谟历经40多年发掘整理和临床实践，重新创建，日臻完备。

发明色部三级定位法，可准确自查自诊全身病证。

从脏腑经络的养护到血虚、肾虚、脾胃不和、冠心病、高血压等常见病证的调理，简明扼要、得心应手参照施行，普惠大众，功被万世。

本书内容至诚至信、至简至要，包括最简要的诊病辨证歌诀、最便捷的防病治病妙法等。

书中还特别奉献中老年养生要穴和救命穴，以及全耳按摩法、养心安神法、疏肝理气法、健脾养胃法、养肺调息法、护肾填精法等神功秘法。

察色知病祛病，保健益寿延年，天天察颜观色，天天健康快乐！

<<王鸿谟自诊祛病法>>

作者简介

王鸿谟，首都医科大学教授，博士生导师，主任医师。  
中国国家自然科学基金委员会评审专家，中国中西医结合学会诊断专业委员会副主任，中国针灸学会经络研究分会委员，国际生物医学特征辨识学会副主席，《中华临床医药杂志》副总编。  
创建“中医色诊学”，被誉为“扁鹊再世”、

## &lt;&lt;王鸿谟自诊祛病法&gt;&gt;

## 书籍目录

第一篇 察颜观色保健康 面色关系生老病死 察颜观色，未病先防，有病早治 什么样的耳朵能长寿 “耳褶心征”是冠心病的重要征兆 从人中看寿命长短和生殖系统健康 常色——人一生的基本面色 今天我们看自己的脸色 “气”与“色”是形影不离的兄弟 年龄、地域不同，面色亦有别 “笑不露齿”更能保持青春美丽 病色——疾病的征兆和警示 六大特点辨别病色 青黑多痛，黄赤多热，白多寒 色诊入门：察颜观色，见微知着 间接日光，柔和自然 色诊“自身三对照”法，鉴别病色得心应手 望色随人，灵活诊断 察颜观色两步骤：远观、近察 第二篇 满面病色自诊 满面白色——能“遮百丑”，也能显百病 “面白如敷粉”可能是病色 脸色白，要提防血虚 16字歌诀辨识血虚四大表现 “白里透青”可能是气虚 不同的白色提示肺的不同问题 寒证和剧痛也可引起面色苍白 满面白色有死证 满面黄色——脾胃不和的征兆 满面黄色是脾胃出了问题 萎黄、黄胖和黄疸 从嘴唇和鼻尖看脾胃状况 藕粉、四君子汤健脾益气 满面红色——“红光满面”不代表健康 正常的红和病色的红 满面红赤主热证 满面红赤多关“心” 满面青色——最严重的病色 常色偏青者多暴躁 满面青紫，气滞血瘀 满面色青主剧痛 满面色青，慎防肝病 面色发青，“肝风内动” 满面青色主死证 满面黑色——提示重病和死证 灰黑、紫黑、黧黑都是病色 青黑色是血瘀严重的表现 黑色出于庭，大如拇指，必不病而卒死 面露黑色多关“肾” 第三篇 相气 有气不患无色，有色不可无气 气至色不至者生，色至气不至者死 相气十法 浮是病色明显，沉是病色隐约 “清”主无病或轻病，“浊”主重病 “微”为虚证，“甚”为实证 “散”为新病或轻病，“抟”为久病或重病 精血充足为“泽”，精血耗竭为“夭” 第四篇 明堂色部——最重要、最常用的色部 综合三种色部定位法，准确诊断全身疾病 肺脏健康看印堂 肺主呼吸和散布津液 印堂白里透红代表肺脏健康 肺为娇脏，悉心保养 心脏色部——“君主之官”的脸色 “王宫”在两眼之间 心色部气色异常的三大提示 看舌头也能知心病 心色部异常的十大规律 两大穴位护心救急 肝脏健康看“年寿” 肝脏的两大职责：藏血和疏泄 从“年寿”看肝的健康状况 移情易性，调养肝脏 看鼻头，知脾脏 鼻头明亮润泽，脾胃平顺健康 简便易行的健脾养胃法 肾脏色部——“先天之本”，细诊慢断 肾脏健康看两颊 掌握肾色部气色规律，事半功倍 护肾养肾的五大诀窍 子宫、膀胱、精室色部——生殖健康观“人中” 人中：掌管寿命和子孙的穴位 从人中的气色看病情 常灸关元，温补肾气 胆色部和胰色部——对称出现的色部 胆色部的气色怎么看 针灸胆囊穴，利胆通络消炎 胰腺：维持身体平衡的功臣 胰色部的气色怎么看 治疗胰腺病的方法 胃肠色部——健康从肠胃开始 至关重要的消化道四色部 健康从肠胃开始：消化道的保健 脑、脊髓色部——保护中枢，刻不容缓 人体的中枢和总管：脑、脊髓 像爱护生命一样呵护大脑和脊髓 胸里色部——反映心肺病变 第五篇 五官色部——看五官知健康 耳色——全身健康的缩影 耳长厚软标志脏腑精气充足 六种病色指示不同症状 耳穴区色隐藏着全身的健康信息 从耳穴区色看脏腑健康 保养耳朵，健康全身 眼色——观察身体内部的窗户 肝开窍于目，“眼色”不对就是肝脏有恙 从眼睛“五轮”看人体五脏 五轮的气色怎么看 爱护我们的“心灵之窗” 鼻色——一望鼻知肺 鼻子可反映多个脏腑病证 肺开窍于鼻，望鼻可知肺 目间山根气色，可辨病证轻重虚实 目间青筋主消化和呼吸系统疾病 鼻区蟹爪纹决不能轻视 口唇色——说出“后天之本”的健康 脾开窍于口，脾脏健康看口唇 口唇的病色怎么看 口唇的四种重要病征 舌色——观舌知“心” 牢记望舌四要点 舌为心之苗 望舌的四大步骤 综合考察舌色、舌苔色 第六篇 面貌色部 额区色部——天庭饱满为健康之相 精确划分，找准额区色部 额部最忌出现黑色 额部异常不可掉以轻心 让“天庭”永远明亮的保养方法 颧颊区色部——不怕灰黑就怕娇艳 两颊发红不一定健康 颧颊区气色可反映各脏腑疾病 颧颊区出现蟹爪纹可能是肺癌 中老年人养生最重要的几大穴位 颧颊区色部——反映肾脏和腹部疾病 肾热病者颧先赤 颧颊区气色怎么看附：谨慎使用面貌色部

## <<王鸿谟自诊祛病法>>

### 章节摘录

血虚还有一个表现就是四肢发麻。

四肢发麻发木，这是因为四肢、皮、肉、血脉、筋、骨、血液供应也不足了，在摸脉的时候，发现脉变得又细又软了，这都是血虚引起的。

如果血虚的症状很轻微，就吃一些可以补血的食物，如大枣、桑葚、龙眼肉、阿胶等，自己进行调养。

中药有一个方子叫做四物汤，治疗血虚的效果非常好。

顾名思义，四物汤里面包含四种药物：第一种是熟地，熟地可以补充肾精，通过增强肾功能增加血液的来源；第二种是当归，当归是妇科必用的良药，能够养血、活血；第三种是白芍药，白芍药能养血和血，既能补血，又能带着血液的营养成分运送全身；第四种是川芎，川芎纯粹是一个行气活血药，目的也是把血液补足了之后随补随行，让它能够随时发挥作用。

四物汤里面，熟地量大一些，因为熟地是植物的根，本身比较重，所以用15~30克，当归用10~12克，川芎用3~6克，白芍用10~12克。

因为川芎是行气活血的药，在病人血液还没有补足之前，不宜用太多，否则血液没有补充就消耗掉了，所以要注意药物用量的比例。

**致命的脱血和血脱** 如果出现了血虚的症状，一定要到正规医院去做检查，因为血虚如果不及治疗，会发展成血脱或者脱血。

当出现了血脱或者脱血的现象，人都会出现天白的面色，都标志病隋严重，已经有生命危险，必须紧急送往正规医院进行抢救。

## <<王鸿谟自诊祛病法>>

### 编辑推荐

气色决定生老病死，一代中医大师，色诊第一人，最便捷的诊病防病治病妙法。中老年养生要穴和救命穴、全耳按摩法、养心安神法，疏肝理气法、健脾养胃、养肺调息法、护肾填精法。

传扬扁鹊神奇医术，倾囊传授40年色诊经验和秘诀，首都医科大学教授，博士生导师，主任工程师，国际生物医学特征辨识学会副主席。

中国中央电视台《健康之路》《百家讲坛》，中国教育电视台《东方名家》，北京电视台《养生堂》，辽宁电视台《健康一身轻》，天津电视台《大天养生》，山东教育电视台《名家讲坛》，等十几家电视和网络媒体特邀养生号家。

传扬扁鹊神奇医术，倾囊传授40年色诊经验和秘诀。

弘扬扁鹊医术，提倡未病先防，自诊自治自养，健康不求人。

一代中医大师王鸿谟，无私传授数千年色诊秘法，察颜观色知未病：从颜面五官气色透视脏腑，疾病预警，一望即知。

医学泰斗：《王鸿谟自诊祛病法》作者王鸿谟，为首都医科大学教授、博士生导师，主任医师，中加中西医结合学会诊断专业委员会副主任，国际生物医学特征辨识学会副主席，从事中医教学、医疗及科研工作40多年，主持过数项国家级科学研究课题，获得科研成果多项。

创建当代“中医色诊学”，被誉为“扁鹊再世”、“当代色诊第一人”。

至诚至信：察颜观病色诊法，失传已久，濒临灭绝；王鸿谟历经40多年发掘整理和临床实践，重新创建色诊法，日臻完备。

发明色部三级定位法，可准确自查自诊全身病证。

从脏腑经络的养护，到血虚、肾虚、脾胃不和、冠心病、高血压等常见病证盼调理，简明扼要，参照施行，得心应手，普惠大众，功被万世。

至简至要：最简要的诊病辨证歌诀，最便捷的防病治病妙法。

还特别奉献中老年养生要穴和救命穴，以及全耳按摩法、养心安神法、疏肝理气法、健脾养胃法、养肺调息法、护肾填精法等神功秘法。

<<王鸿谟自诊祛病法>>

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>