

<<图解常见病经穴按摩疗法>>

图书基本信息

书名：<<图解常见病经穴按摩疗法>>

13位ISBN编号：9787542755445

10位ISBN编号：7542755447

出版时间：上海科学普及出版社

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>

## <<图解常见病经穴按摩疗法>>

### 前言

按摩疗法是祖国传统医学宝库中的一朵奇葩，它以脉象、经络等中医学理论为指导。运用各种不同的按摩手法，在人体适当的部位进行操作，产生的刺激信息通过反射的方式，对人体的神经、体液等功能施加影响，达到防治疾病、消除疲劳、增强体质、健美防衰、延年益寿的目的。按摩手法由于简单易学、效果显著，因此深受人们的喜爱，几千年来流传不衰，并已风靡全球。

现代社会由于人们生活节奏加快，各种压力不断增加，很多人都处于一种亚健康状态。

越来越多的人把关注健康的目光转向了保健按摩。

为了帮助读者轻松掌握各种保健按摩的手法、要领和相关知识，我们编写了《图解常见病经穴按摩疗法》、《图解常见病足部按摩疗法》、《图解常见病手部按摩疗法》这套丛书。

这套丛书在中医理论的基础上，重点介绍了常用经穴、足部、手部的按摩手法以及常见病症的按摩方法，内容翔实，突出实用。

其最大的特点是图文对应，一目了然；语言通俗易懂，一看就会，为人们的健康生活提供了简单、有效的指导。

## <<图解常见病经穴按摩疗法>>

### 书籍目录

第一部分 经络与穴位 一、经络 1.什么是经络 2.经络的组成 3.经脉的命名 4.十二经脉的循行规律 5.经络的功能和作用 二、人体经络与病症 1.手太阴肺经 2.手阳明大肠经 3.足阳明胃经 4.足太阴脾经 5.手少阴心经 6.手太阳小肠经 7.足太阳膀胱经 8.足少阴肾经 9.手厥阴心包经 10.手少阳三焦经 11.足少阳胆经 12.足厥阴肝经 13.督脉 14.任脉 三、穴位 1.穴位的概念 2.穴位的分类 3.穴位的基本特性 4.特定要穴 四、穴位的定位方法 1.解剖标志定位法 2.骨度分寸定位法 3.手指同身寸取穴法 4.简便取穴法 五、常用穴位 1.头颈部穴位 2.胸腹部穴位 3.腰背部穴位 4.上肢部穴位 5.下肢部穴位 6.头顶部穴位 7.胸腹部穴位 8.腰背部穴位 9.上肢部穴位 10.下肢部穴位 第二部分 经穴疗法 一、按摩手法 1.按摩的法则 2.按摩的基本治法 二、配穴原则与施治顺序 1.配穴原则 2.施治顺序 三、按摩体位与手法要领 1.按摩体位 2.按摩手法要领 四、按摩常用手法 1.推法 2.拿法 3.按法 4.摩法 5.点法 6.揉法 7.搓法 8.颤法 9.拍法 10.击法 11.叩法 12.啄法 13.捏法 14.掐法 15.提法 16.压法 17.抚法 18.抹法 19.捻法 20.分法 21.合法 22.抖法 23.扳法 24.摇法 25.振法 26.攘法 27.擦法 28.梳法 五、灵活选用按摩介质 1.粉剂介质 2.油剂介质 3.水剂介质 4.酒剂介质 六、按摩的注意事项与禁忌 1.按摩的注意事项 2.按摩的禁忌 第三部分 身体病症 一、头面部病症 1.头痛 2.三叉神经痛 3.眩晕 二、五官病症 1.牙痛 2.口疮 3.鼻炎 4.近视 5.结膜炎 三、颈肩病症 1.颈酸痛 2.肩酸沉 3.落枕 4.颈椎病 5.肩周炎 四、腰腿病症 1.腰痛 2.腰椎间盘突出 3.足跟痛 第四部分 内科病症 一、呼吸系统 1.感冒 2.支气管炎 3.咽炎 4.哮喘 二、消化系统 1.消化不良 2.腹泻 3.便秘 4.胃炎 5.肝炎 6.胆绞痛 7.痔疮 三、循环与泌尿系统 1.高血压 2.低血压 3.冠心病 4.肾炎 5.膀胱炎 四、内分泌系统 1.月巴胖症 2.糖尿病 3.痛风 五、神经精神系统 1.神经衰弱 2.精神疲劳

## &lt;&lt;图解常见病经穴按摩疗法&gt;&gt;

## 章节摘录

2.穴位的分类 人体上分布的穴位繁多。

根据古代针灸典籍和现代针灸文献的记载,穴位可分为以下四大类:(1)经穴 属于十四经脉上分布的穴位,统称为“经穴”,约有361个。

(2)奇穴 又称经外奇穴,是十四经脉以外的穴位,故称为“奇穴”,约有200多个。

(3)阿是穴 又称“天应穴”、“不定穴”。

其部位不定,也无一定名称,它是病变部位的明显压痛点。

古人称为“以痛为俞”。

(4)新穴 指近年来我国医务人员通过医疗实践,不断探索、总结而发现的“新穴位”,这些穴位古籍未有记载,是近年才发现的经验有效穴位,故称为“新穴”。

3.穴位的基本特性 穴位又称经穴,在《黄帝内经》里称气穴,是经络学说的重要部分。

它具有以下的基本特性:(1)输注气血 穴位,在《黄帝内经》里的论述,说它的功能特点是“脉气”所发和“神气”游行出人所在。

经络理论认为,脉气为经络之气(经气),包括对气血运行起主导作用的“宗气”和“神气”。

穴位是经络之气散发于体表的出入部位,它与经络、脏腑、气血均有多层次的、密切的联系。

不能把穴位视为孤立、静止的位于体表的一个“点”,而应视其为经络之气和脏腑气血相互贯通的具有活动变化的穴道。

在生理上,具有输注气血的特异性功能。

(2)反映病痛 经穴与经络、脏腑之间,具有生理和病理上的多层次联系。

当疾病发生时,具有反映疾病的特性。

早在《灵枢·九针十二原》中就有记载:“五脏有疾也,应出十二原。”

而原各有所出,明知其原,睹其应,而知五脏之害矣。

”在《灵枢·背俞》又有论述:“按其处,应在中而痛解,乃其俞也。”

”这些记载及后世对阿是穴(压痛点)的运用,都说明人体脏腑发病时,就会沿着相关的经络传至体表穴位,即《黄帝内经》所说“有诸内,必形诸外”的内外相应原理,这就说明穴位具有反映病痛的特性。

近年来,临床上运用“经穴压诊”、“经穴望诊”、“经穴知热感度测定”、“经穴导电量测定”等诊断方法,都是经穴诊断的进化和发展,其机制就是穴位反映病症特性的具体运用。

针灸临床已经证明,经络穴位(经穴)与非经络、非穴位的反映特性有显著的差异,说明穴位与非穴位、一般穴位与特定要穴、有关经络的穴位与无关经络的穴位,在反映内脏疾病的功能方面,是有相对特异性的。

这种特异性随着经络所属的脏腑和穴位性能不同而有所差异。

其机制是由于穴位反映特性与经络和脏腑之间存在多层次的、病理性的密切联系。

(3)防治疾病 经络理论认为,经络和穴位都具有反映内脏疾病的功能,而经络与穴位又是疾病的反应部位。

所以中医针灸、推拿、按摩、气功、针刺麻醉(简称针麻)等防病、治病方法,都是通过对穴位刺激而收到良好的治疗效果。

这正如《灵枢·九针十二原》的记述:“刺之要,气至而有效。”

”其之所以有效,主要是穴位具有防病治病的功能。

当发病时,通过刺激穴位使之“得气”和“行气”,以激发经络之气,调理脏腑气血的功能,达到宣通气血,扶正祛邪,调整阴阳,补虚泻实,使失去平衡的病理变化,恢复成正常的生理状态,从而维护身体的健康。

针灸、按摩等疗法,就是以刺激穴位而达到治疗的目的。

4.特定要穴 十四经脉的穴位,有些穴位是根据其特殊功能而命名的,称为特定穴,又称特定要穴。如在四肢肘膝关节以下的五俞穴:井穴、荥穴、俞穴、经穴、合穴等;还有原穴、络穴、郄穴及下合穴等。

## <<图解常见病经穴按摩疗法>>

在躯干部位有脏腑背俞穴、胸腹部募穴、八会穴和交会穴等。

这些特定要穴与脏腑、经络、上下、内外有密切联系，互相通应，并有临床诊断和治疗的双重功能。本书着重讨论与经穴疗法有密切关系的特定要穴，分别简介于下：(1)原穴 十二经原穴，是脏腑原气流注所经过和留止的穴位，与人体内脏腑原气密切相联系。

《难经》指出：原穴是脏腑经络之原气驻留的部位，“原气起于脐下肾间，通过三焦，散布于五脏六腑，输注入十二经脉”，其气集中的部位就是原穴。

《灵枢·九针十二原》说“五脏之有疾也，应出十二原，而原各有所出，明知其原，睹其应，而知五脏之害矣”，是指诊察十二经脉原气盛衰现象，能推断脏腑的疾病。

在临床上应用诊察原穴处的压痛、皮下组织变异(结节、条索样物、凹陷、隆起)、温度异常等，可以用来诊断相关经络和内脏的疾病(图1-18)。

P24-26

## <<图解常见病经穴按摩疗法>>

### 编辑推荐

现代社会由于人们生活节奏加快，各种压力不断增加，很多人都处于一种亚健康状态。

越来越多的人把关注健康的目光转向了保健按摩。

为了帮助读者轻松掌握各种保健按摩的手法、要领和相关知识，《图解常见病经穴按摩疗法》不仅对经络、穴位的相关知识做了介绍，而且对常用的保健穴位做了详细说明。

介绍了如何通过穴位、经络按摩进行相关疾病的辅助调治。

全书采用图文结合的方式，科学、全面、实用，让您轻松做到“手到病自除”。

本书由王少臣编著。

<<图解常见病经穴按摩疗法>>

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>