

<<人体七大穴使用手册>>

图书基本信息

书名：<<人体七大穴使用手册>>

13位ISBN编号：9787543942288

10位ISBN编号：7543942283

出版时间：2010-4

出版时间：上海科技文献

作者：余平波 编

页数：158

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>

## <<人体七大穴使用手册>>

### 前言

世上最神秘的是人体，人体最神秘的是穴位。

穴位之“穴”者，空也、孔也，是人体脏腑经络气血输注出入的特殊部位。

穴位的名称甚多，如“节”、“会”、“气穴”、“气府”、“骨空”（《黄帝内经》）、“孔穴”（《针灸甲乙经》）、“穴道”（《太平圣惠方》）、“腧穴”（《铜人腧穴针灸图经》），为“脉气所发”（《素问·气府论》）、“神气之所游行出入也，非皮肉筋骨也”（《灵枢·九针十二原》）。

《类经·人之四海》曰：“腧、输、俞，本经皆通用”，“腧”者，“输”也，“输通”、“输送”之义。既能“输入”，又能“输出”，有双向调节之妙，因此病邪既可从穴位入而患病，也可从穴位出而病愈。

穴位的体表面积很小，据研究推测，全身穴位的总面积仅占体表的万分之四，但穴位外通体表，内连五脏六腑、四肢百骸，“有诸内必形于外”，“穴位诊断法”即由此而生矣。

凡穴位“名不徒设，皆有深意”（孙思邈《千金翼方》），看似平常，却是历代医家上察天文、下观地理、中通人事，远取诸物、近取诸身，以比拟、象形、会意的方法，经过岁月的考验而沿用至今。

清代程知（扶生）《医经理解》对腧穴命名意义有如下概括：“经曰：肉之大会为谷，小会为溪，谓经气会于孔穴，如水流之行而会于溪谷也。

海，言其所归也。

渊、泉，言其深也。

狭者为沟、渎，浅者为池、渚也。

市、府，言其所聚也。

道、里言其所由也。

室、舍，言其所居也。

门、户，言其所出入也，言其骨之空阔者也。

俞，言其气之传输也。

天以言乎其上，地以言乎其下也……”。

## <<人体七大穴使用手册>>

### 内容概要

人身唯“气”、“血”两字而已，“气”、“血”两字当中，又以“气”为首要。一身之气上达百会，下至涌泉，居住在神阙，扎根在关元，起始于会阴。又由于“脾胃为后天之本”，与人体的生、老、病、死、强、弱、盛、衰有极大的关系，而脾经中以三阴交为最，又能沟通肝、脾、肾三脏；胃经中则非足三里莫属，故《人体七大穴使用手册》共取此七穴。虽然这七大穴并不能涵盖所有的健康问题，但是如果很好地运用，仅其中一穴足矣。

## &lt;&lt;人体七大穴使用手册&gt;&gt;

## 书籍目录

壹 百会穴 升降自如数百会 “静者可动”、“动者可静”之百会 防治中风，首选百会 百会又名“三阳五会” 扬刺百会穴治疗抽动秽语综合征 百会别名何其多 颈性眩晕用百会 悬灸百会穴治愈“梅尼埃病” 百会为人体的36死穴之一 中风后情绪低落刺百会 血压高低，百会皆宜 太极拳中“百会悬” “开天门”法通百会 针灸治疗考前紧张综合征 以百会为首的“五心养神法” 百会，百病皆主 百会穴为“上丹田” 久泻必灸百会穴 醒脑开窍，百会建奇功 百会穴的保健方法 百会穴改善椎一基底动脉供血 会阴穴 从“洛书疗法”看会阴 会阴坐浴治缩阳症 会阴配穴功用多 善用会阴保健法 “炉中点火”是会阴 小指中关节上也有“会阴穴” “猫步”按摩会阴穴 凯格尔运动的定位点正是会阴穴 会阴是直接获得地气能量的要穴 会阴穴为八脉之总根 针刀直入会阴穴治疗前列腺增生 百会遥对会阴穴 互摩会阴点燃激情 会阴穴能起阳痿 振动会阴穴，接通任督二脉 海底一松，全身皆松 打坐不可压住会阴穴 会阴穴为阴阳之门、生死之窍、水火发源地 年过四十揉会阴，到老不愁夜尿频 保健座椅减轻会阴压力 房中补益抑会阴 神阙穴 话说神阙穴 食盐敷肚脐，性爱添耐力 神阙穴避孕法 敷脐古方有神效 小儿遗尿用脐疗 小叶增生，天麻敷脐 神阙保健有数法 独诊肚脐成妙法 艾灸神阙穴，隔物明补泻 神阙隔附子饼重灸治疗腰椎间盘突出症 艾灸神阙穴，冬至正当时 生于神阙，死于命门 神阙穴隔药灸治溃疡性结肠炎 劳宫拍神阙，健脾又养胃 泥土加热敷神阙治腹泻不止 摩腹要穴是神阙 人体黄金分割点——神阙穴 神阙穴疗法何其多 敷脐剂型多，散糊膏饼丸 草灸其脐，令人多寿 神阙禁针之说可以休矣 脐针治疗青春痘 神阙穴敷贴，胃下垂上升 神阙保健有脐操肆 足三里穴 肚腹三里留 日本长生灸法就是单灸足三里 晕针急救足三里 足三里配伍治百病 先天不足后天补，后天调补灸三里 秋分灸灸足三里 一屁值千金，三里建奇功 防病首选足三里 足三里针后加灸，难治性面瘫有救 对侧足三里，治疗肩周炎 急性踝扭伤，气针足三里 自血注入足三里，泻肺清胃除痤疮 每天拍打足三里，赛过吃只老母鸡 女子五七，当灸三里 小叶增生不用愁，足三里穴常常灸 艾灸足三里，提高锌含量 足三里穴位注射治痛经 足三里穴位注射治哮喘 涌泉穴 话说涌泉穴 顶头痛眼不开，涌泉下针定安泰 涌泉穴是“排污”的通道 顽固性呃逆找涌泉，针刺、敷灸和按摩 足部麻木不用怕，涌泉穴用温针法 颅脑损伤刺涌泉，醒脑开窍有作为 颈性眩晕刺涌泉 突然失音，刺涌泉立刻说话 涌泉穴敷吴茱萸，妊娠诸症不必忧 月经毛病不用慌，涌泉敷贴有妙方 蓖麻散贴涌泉，治鹅口疮之首选 腮腺炎热毒上攻，敷涌泉釜底抽薪 口角流涎敷涌泉，脾寒脾热药分明 小儿夜啼热与虚，敷贴涌泉药各异 扁桃体炎邪热上攻，药敷涌泉釜底抽薪 生姜吴茱萸敷涌泉，连续两天吐奶痊 支气管扩张咯血，敷涌泉疗效满意 慢性咽炎虚火升，滋阴降火必涌泉 朱砂敷涌泉，从此无失眠 头晕眼花，勿忘涌泉 原发性高血压，多方敷贴涌泉 肾性高血压，吴茱萸敷涌泉 西药敷贴涌泉穴，暴聋立马笑开颜 口腔溃疡反复，涌泉引火归元 涌泉穴敷贴减轻放疗后口腔黏膜反应 化疗后呕吐，涌泉敷蒜泥 涌泉穴养生，诸法皆有效 顽咳从肾治，敷贴找涌泉 ……陆关元穴 柴三阴交穴

## <<人体七大穴使用手册>>

### 章节摘录

前面说到百会穴升降自如，能使上逆之气下降，能使下陷之气上升，因此凡人体气机升降方面的疾病，百会穴常能如桴应鼓，针出而愈。

其实，百会穴“静者可动”、“动者可静”的独特的穴性也堪称一绝！

人体之所以能精神饱满、神清气爽、动作敏捷、吃得下、睡得着、脏腑功能协调，靠的就是“精”、“气”、“神”。

一旦“精”、“气”、“神”出现问题，就会表现出“动力”不足，出现一派“静”的现象。

例如半身不遂、尸厥、嗜睡、健忘、休克、脑转耳鸣、头部空痛绵绵不休、耳聋，如影响到小儿的生长发育，就会出现小儿脑瘫、大脑发育不全、软骨病、身材矮小等等。

百会穴无论或针或灸，常可获得较好的疗效。不过临床上对于久病不愈的患者，多用艾灸，对于起病不久的患者多用针刺。

尤其需要注意的是，为小儿针刺百会穴要特别谨慎，注意观察，如果囟门尚未关闭，不应针刺，可改为艾灸。

百会穴使“动者可静”之功效也十分出色。

人体如果阳气过于亢盛，会出现一派“动”的现象。

如癫狂、急惊风、四肢抽搐、角弓反张、心悸烦躁、彻夜不眠等等，用百会穴有使之安静的效果。

如果能够针对不同的症状，配合不同的穴位，如失眠配神门、角弓反张配太冲、四肢抽搐配十宣等等，效果就更加显著了。

《素问·宝命全形论》：“人生有形，不离阴阳”，阴阳平衡，则动静协调；阴阳失调，则动静错乱。百会穴位于脑部巅顶，内应于脑，脑为“髓海”，又为“元神之府”，因此百会穴对于人体日常的各种活动以及五脏六腑有极好的协调作用。

“静者可动”、“动者可静”，凡“动静错乱”之症，百会当为首选。

## <<人体七大穴使用手册>>

### 编辑推荐

百病不离七大穴 医圣张仲景认为，用好穴位“上以疗君亲之疾，下以救贫贱之厄，中以保身长全，以养其生”学好穴位，用好穴位，对父母可尽孝心，对大众可渡众生，对自己可保健康。誓愿普天之下，万民无病无灾，共赴健康寿域，同享快乐人生！

<<人体七大穴使用手册>>

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>