

《拉筋拍打敲膽經》

图书基本信息

书名：《拉筋拍打敲膽經》

13位ISBN编号：9789866238192

10位ISBN编号：9866238199

出版时间：2010-9-30

出版社：康鑑文化出版社

作者：紀大元

页数：280

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《拉筋拍打敲膽經》

内容概要

書籍目錄

最新標準經穴部位圖

【推薦序】痛則不通，通則不痛！ 武國忠

【推薦序】拍打經絡使人更健康 洪尚綱

【推薦序】天天敲膽經 活到老年 吳階平

【前言】向身體要健康—敲膽經、早睡覺、壓心包經

第一章 人體疾病與健康

1 人為什麼會生病？

人體氣血虧損狀態下導致的疾病

人體氣血上升狀態下的疾病

受情緒干擾生成的疾病

2 生氣致病的判斷法

3 人體的氣血流量與健康

4 判斷氣血流量的基本方法

5 判斷健康的4個簡易方法

望指甲 望牙齦 望手掌 數脈搏

第二章 不花錢簡單養生3招

1 敲膽經

【經絡治療實例】：敲膽經三個多月後開始拉肚子？

2 早睡

【經絡治療實例】：晚睡晚起 健康拉警報

【經絡治療實例】：生活作息不正常 月經失調

3 壓心包經和心經

第三章 經絡按摩與身體調理

1 認識五臟六腑與經絡的關係

【經絡治療實例】：經絡指壓可去除心包積水

2 人體疾病診斷簡易方法

3 四季養生調理

4 幼兒健康按摩法

第四章 發熱和臟腑疾病的發生與調理

1 發熱原因面面觀

由「風寒」引起 由「細菌感染」引起

由「肝熱」引起 由「情緒波動」引起

【經絡治療實例】：生氣引起肝火上亢，造成低燒

【經絡治療實例】：壓按「太沖穴」、「膻俞穴」，解抑鬱

自覺身熱

2 與「肺」相關的疾病

乾咳無痰 哮喘（氣喘） 肺熱口乾 自汗 盜汗 手腳出汗

3 與「大、小腸」相關的疾病

自我修護大腸的反應？ 便秘 腹瀉

4 與「心臟」相關的疾病

心臟病 早搏 心肌缺血 高血壓 高血脂

5 與「脾」、「胃」相關的疾病

胃燒心 胃痛 足癬（香港腳）

6 與「肝」、「膽」相關的疾病

B型肝炎 肝癌 痔瘡 帕金森氏症 攝護腺炎

乳腺增生 膽結石 膽囊切除後的調理 糖尿病

7 與「腎」、「膀胱」相關的疾病

《拉筋拍打敲膽經》

自我修護腎臟的反應？ 腰痠 尿失禁 尿毒症

【經絡治療實例】：「氣血回升」為腎病治癒的關鍵

腎囊腫 腎陰虧虛的調養 陰道炎和子宮頸糜爛

輸卵管堵塞、卵巢囊腫、子宮囊腫和子宮肌瘤

第五章 臟腑氣血不足所導致的疾病

1 體重變化

減肥

2 頭部

頭痛 偏頭痛 頭暈 眩暈

3 頭髮類

禿頭 早白

4 骨骼類

關節炎 骨質疏鬆 股骨壞死

5 常見病類

貧血 鼻炎 憂鬱症 夜裡常醒 扁桃腺發炎

近視與遠視 內分泌問題

【後記】敲膽經 養生就是這麼簡單！

【附錄】

常見病症治療和按壓經脈 / 穴位對照表

足少陽膽經經絡圖

足陽明胃經經絡圖

足太陽膀胱經經絡圖

足少陰腎經經絡圖

足太陰脾經經絡圖

足厥陰肝經經絡圖

人體經絡圖

五行對應關係表

《拉筋拍打敲膽經》

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：www.tushu000.com