

# 《快速取穴彩色图解》

## 图书基本信息

书名：《快速取穴彩色图解》

13位ISBN编号：9787533533335

10位ISBN编号：753353333X

出版时间：2009-8

出版社：福建科技出版社

页数：258

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](http://www.tushu000.com)

# 《快速取穴彩色图解》

## 内容概要

《快速取穴彩色图解》所介绍372个腧穴，均是临床上常用的穴位：所介绍的取穴方法，均是笔者经过20多年临床实践证实准确可靠的简易取穴方法。为了便于读者查找，穴位先按部位再按各穴位所属十二经流注顺序编排。为了真实还原取穴过程，使读者可以“依样画葫芦”地找到穴位，书中所介绍的取穴方法，均以解剖标志为定位起点，充分利用骨度折量法、手指同身寸法等简易丈量法，个别穴位酌情使用带子、弹性皮筋等辅助工具，介绍了取穴者在取穴过程中看到的人体形态特征、指下的触觉以及找到穴位后被取穴者的感觉，有利于读者一一对照，保证了取穴的简便、准确、快速。同时每一取穴步骤均配有真实彩照，形象直观。

# 《快速取穴彩色图解》

## 书籍目录

第一章 取穴诀窍 第一节 寻找穴位的原则 第二节 取穴定位法 一、骨度折量法 二、解剖标志法 三、手指同身寸 四、简便取穴法第二章 常用穴位快速取穴法 第一节 头颈部穴位 扶突 迎香 承泣 四白 巨髎 地仓 大迎 颊车 下关 头维 人迎 水突 气舍 颧髎 听宫 睛明 攒竹 眉冲 曲差 五处 承光 通天 络却 玉枕 天柱 翳风 瘃脉 颅息 角孙 耳门 丝竹空 瞳子髎 听会上关 ..... 第二节 上肢部穴位 第三节 下肢部穴位 第四节 胸腹部穴位 第五节 腰背部穴位 第六节 臂部穴位附录一 常见疾病选穴指南附录二 穴位索引

## 章节摘录

第一章 取穴诀窍 第一节 寻找穴位的原则 1. 了解穴位集中的部位 穴位的分布是有一定规律的，预先了解穴位集中的位置，实际找起来就简单了。常见穴位集中的部位有：能摸到脉搏的地方，如喉结两侧、腭窝等处，用手触摸能感到脉搏跳动处有人迎、委中。肌肉与肌肉之间、肌肉与骨骼之间、骨骼与骨骼之间，如肌肉与骨骼之间的三阴交，肌肉与肌肉之间的天柱。肌肉或骨骼凹陷处的正中间。脊柱两侧。椎骨与椎骨之间，如大椎。神经或血管离皮肤近的地方，如眼睛下面的四白。骨头突出的地方，如内踝骨高点的太溪。关节附近，如肘关节附近有曲池。

2. 注意找到穴位时的表现 穴位是经络的敏感点和功能点，因此，当找到穴位时，可感觉和周边有所不同，主要有：当手指触压到穴位时会感觉特别柔软，仿佛里面有个凹洞。顺着手指，注力到穴位点，会产生轻微酸麻的反应，感觉较敏锐的人甚至会觉得指压处有轻微的温热。

# 《快速取穴彩色图解》

## 精彩短评

- 1、很仔细的一本书，看起来不错 . . .
- 2、较易找
- 3、入门书。
- 4、所有人体穴位都有，而且照着这本书很容易找到感觉
- 5、这书真的很好，特别适合我们这些初学者，它有真人版如何取穴，可一目了然，是我买过最好的一本穴位书了，特别强烈推荐。比我买的《经络穴位图典》及其它要适合一般大众。
- 6、很实用，根据图像找穴位很容易
- 7、可以自己研究研究，中医博大精深啊
- 8、这本书我买了4本，送亲戚朋友。因为本人就是从事医学专业的，对养生保健也很关注。这本书用最通俗易懂的图和文字向读者介绍了如何按摩，方便读者掌握正确的按摩穴位知识，从而达到保健的作用。
- 9、比想象的要好，还有全张大彩图。具体讲了每个穴位的位置及其功用。
- 10、彩图清楚，描述准确，初级入门没问题
- 11、书的内容是彩页 质量很好 书后还配有常用穴位笔画索引，非常实用。我同时买了两本书 穴位按摩祛病大全集 和这个 前者书中我找病症 后者书中找穴位 非常好的配合。很超值
- 12、这个取穴书很赞强烈推荐
- 13、自我保健的一本好书。穴位说得很详细。简单易学。
- 14、比别的同类书好用
- 15、认穴位的好书
- 16、用着还不错，相对来说。穴位要比其他的书好找
- 17、发货非常快，内容简单易懂，纸张也很厚
- 18、我买了好多种经络穴位书，但是都感到没有特点，真感到天下穴位手册之类的书都是一家写的，你抄我来我抄他。这本是我看到的最好的一本，非常实用，只要按照书中方法，穴位很快就搞定。这本书也很朴素，没有介绍自己是什么头衔，也没有什么找大人物给写序。但是真是自己的体会，给困惑找穴的人解决了大问题。谢谢作者，也希望作者把更多的实用经验写出来。
- 19、应该不错，学习中
- 20、是在购书中心看到这本书，才到当当来买的，书本内容毋庸置疑的好，图文并茂，直观的教你找穴位。不过，当当的东西也确实便宜。
- 21、讲解的非常详细，对我很有帮助
- 22、书里面对于如何自己做艾灸写的比较清楚,但是对于取穴的描述感觉有点不太清楚,以及对于艾灸时的注意事项描述有待加强.
- 23、本书适合初学者,真人图解，方便取穴，最早买了一本看了不错，接连买的几本送给家人，现在再买一本自己拥有。
- 24、图解更易理解，配合特效穴位使用手册，不错
- 25、按照书中介绍的方法找穴很方便、清晰，解决了穴位找不准的麻烦。
- 26、给爸妈买的，好像还不错
- 27、取穴方法比较清楚明确，配有图，很方便。
- 28、以前总听说什么穴什么的，现在看了这本书才发现其实找起来还是比较简单的。不过看图嘛，有些地方还是不直接，干嘛打个含糊处理啊，不就是个男人嘛。关键是还忽悠我们，弄个女人的图在封面上。总有挂羊头，卖狗肉的感觉。看样子做营销的还真是厉害啊。
- 29、书不错 偶很喜欢 很实用 当成是工具书或字典了 呵呵
- 30、“快速取穴彩色图解”很直观，一看就能找到穴位，但有的穴位跟别的书不一样，不知道是谁的正确
- 31、书本质量还可以，发很快，价格也是便宜
- 32、编排很好。实用。我也是别人推荐买的

## 《快速取穴彩色图解》

- 33、对解决身体病痛小问题很有帮助，方便寻找穴位，是本好书。
- 34、好书，朋友介绍的，我已经下单了！
- 35、对穴位的介绍言简意赅，推荐
- 36、不错，主要是简明扼要，还有讲如何找到该穴位
- 37、最近对中医感兴趣，买了这本，很好用
- 38、给学生推荐，买了200多本
- 39、简单，看得明白，一看就懂，一找就能找得到，就好像字典一样简洁，好用，初学者必须备用的，非常推荐
- 40、想找穴位，就购这本书，非常的好，穴位不但齐全而且找穴过程很详尽直观。以前我也买过不少有关穴位的书，但都是很笼统地告知穴位，即便有图的，也只是在人身体点点标注下穴位就没其他内容了。但这本书不同，不但有真人实例图，有文字说明，不单只在人身点点标注下穴位这么简单，还多了在人身实例图中很详尽的标出如何找穴（即找穴的过程都通过真实图片例示出来，这样就比文字直观多了，也很易就找到穴了）。值得推荐！
- 41、买了几本找穴位的书，感觉这本比较好用，真人图解，方法也比较简便
- 42、给出了简单易学的取穴方法，还有穴位的运用和功效，很好。
- 43、嗯，好，老师推荐买的。
- 44、这是帮朋友买的，如果没买到的话，我的那本他就要了
- 45、穴位描述很明确，好找
- 46、清晰，实用！
- 47、查找穴位很容易
- 48、很好，图文并茂。
- 49、我觉得还是不够直观.有本李瑞写的口袋书还不错.
- 50、有彩图，很方便看，家里也已购过几本有关穴位的，但这本的图是用人体图，因此会更有感觉。
- 51、对于非医学科班出身的阅读者，可以从本书中快速掌握穴位的具体位置，图片清晰，方法简单准确，用这本书再结合推拿类的手法基本能够应付日常的保健安排，还是很不错的。
- 52、穴位讲的还是很准的，可以自己进行些保健治疗，很好的一本书
- 53、简单易找，个人比较喜欢
- 54、内容言简意赅，印刷比较好
- 55、很方便直观
- 56、送书也快，价格还低。
- 57、针灸找穴的书我买了好多本，有中规中矩的教材，也有各出版的杂书，这本，是最满意的，物超所值\*其主要亮点是基本每个穴位，都有对应的取穴图片，就好象有个老师在旁边手把手教你一样\*对于自学中医的人来说，再好不过了
- 58、在中医取穴的书中，是我见过最实用的。现在是看其他中医的书，取穴不确定的从这本书中查。很满意。
- 59、很实用，确实能够帮助快速取穴
- 60、比想象的要好，
- 61、好，真图
- 62、实用的一本找穴位书，不会让你云里雾里找不到，没有多余的字，简单，实用。
- 63、快速取穴彩色图解，书不错，虽然是第一次接触穴位按摩方面的东西，但是根据这本书配图的详解，取穴还是挺准，书中有彩图，看着比较生动。是本好书。
- 64、内容丰富、讲解详细，不错。
- 65、很不错，图例很清楚。
- 66、自己用的，蛮实用的
- 67、比较直观的指导准确的找到穴位，还是不错的
- 68、简单实用 是保健养生的贴身手册
- 69、看了很多找穴位的书，最终根据大家的评价选了这本《快速取穴彩色图解》，收到后非常满意，不论是纸张还是内容都是非常好，同时还买了另外一本同类的书，也有附录人体穴位图，相比之下，《快速取穴彩色图解》的图更清晰更准确！值得推荐！

## 《快速取穴彩色图解》

- 70、穴位取法很详细.容易学习.方便平常使用!
- 71、很不错啊孩子喜欢!
- 72、最先看到这本书是在图书馆内借阅的，回家仔细翻看，内容安排科学实用，所以迫不及待地在当当网上订购了，很好的一本书
- 73、看了这么多取穴的书，这本书所讲方法是最实用的，很方便就能找到自己要找的穴位！
- 74、我用了，比较适合我这个初学者。大部分可以看懂。
- 75、该书条理清晰，穴位认定准确，很有参考价值。
- 76、讲的比较详细，尤其配上人体彩图和简易取穴法更具操作性了。只是图片小了一点，而对于某些关键部位的遮掩更是具有中国特色。和《黄帝内经使用手册》配合看甚好。
- 77、描述的特别详细！很具体！也有彩图。
- 78、很容易学，简单的方法。
- 79、所示取穴方便，就是图片有点不太清晰！
- 80、爸爸妈妈觉得很实用
- 81、这个作为工具书，不错，推荐买。
- 82、简单，好操作！
- 83、不错，简单易懂。
- 84、此书在手，不用挂图，或是穴位铜人，判断穴位很准，很清楚。
- 85、非常好，方便，易懂
- 86、内容还算清楚，不适合自己的想找穴位的人，适合要学按摩的人
- 87、这是我目前找的所有经络穴位书中最好的版本的，很有全面，和详细。简单的方法，一看就明白。强烈推荐，购买！！！
- 88、感觉物美价廉，支持当当多供一些类似好书。
- 89、如果身上部位的取穴彩图能有脸上的部位取穴彩图这么清晰就更完美了。
- 90、取穴有法可依
- 91、本书用的是真人图解，对照书找穴位简单明了，好用，帮朋友一下买了3本。
- 92、书很实用,对于我们这样的非专业人士来说,对照书中的快速找穴法,也很容易找到穴位.
- 93、被我用作急用时的工具书，也送了好几本给亲朋好友
- 94、买来送给妈妈.....
- 95、真的很好，主要是告诉你怎样取穴，很方便明了。
- 96、初学者、业余爱好者很适合呢
- 97、一个穴慢慢找~很有研究性
- 98、书籍的新旧直接影响我的看书心情
- 99、我很需要这样一本书，看着照片找穴位，比依据等身寸要简单明了。
- 100、只要看了这书的人，没有不会找穴位的了。好书...
- 101、当词典用啊

# 《快速取穴彩色图解》

## 精彩书评

- 1、我买了好多种经络穴位书，但是都感到没有特点，真感到天下穴位手册之类的书都是一家写的，你抄我来我抄他。这本是我看到的最好的一本，真人图解，方法也比较简便，非常实用，只要按照书中方法，穴位很快就搞定。这本书也很朴素，没有介绍自己是什么头衔，也没有什么找大人物给写序。但是真是自己的体会，给困惑找穴的人解决了大问题。
- 2、目前大多数的取穴书，主要是介绍各穴位的位置所在，对于如何快速、准确地确定穴位所在，都语焉不详。这就如同碰上问路者问路时，就只简单地回答在某个地方。如果问路者对该区域不熟悉的话，这样的回答等于没有回答。此书的最大特点是突出“取”的过程，即既指出穴位在什么地方，更重点突出如何找到穴位。这如同既回答了问路者“在什么地方”，也回答了“如何到达那个地方”，并附赠了地图，大有指导意义。书中所介绍的取穴方法，以解剖标志为定位起点，综合利用骨度折量法、手指同身寸法，个别穴位酌情使用带子、弹性皮筋等辅助工具，且每一取穴步骤均配有真实彩照，确实好学好用。

# 《快速取穴彩色图解》

## 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](http://www.tushu000.com)