

《经络穴位按摩速查图典》

图书基本信息

书名：《经络穴位按摩速查图典》

13位ISBN编号：9787530855980

10位ISBN编号：7530855980

出版时间：2010-5

出版社：天津科技

作者：赖镇源

页数：368

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

《经络穴位按摩速查图典》

前言

随着时代的进步，诸如失眠、肩颈酸痛、心悸等文明病逐渐浮现，加之现代人饮食不节、疏于节制而造成体质趋向阴阳失调，致使大病小症一一出现。因此近年来，兴起一股天然养生热，流传至今的中医理论、先人的颐养之道，诸如太极拳养生、配合四季节气饮食、经络穴位按摩等，皆成为众人研究与奉行的养生原则。本人教学研究数十载，长期推崇经络穴位按摩的天然养生法。人体正经正穴达三百六十一处，但主治症状及对人体的保健功能虽看似通用，实际上却各为互异。尽管穴位按摩对人体病症确有天然效果，但取穴位置是否到位、针灸深度是否精准、配穴治疗是否正确、力度推压是否合宜，皆关乎人体性命安危，因此具备正确的穴位按摩常识，不仅自救亦可救人。本书所囊括之人体穴位，皆是人体临床常见特效穴，其详尽的穴位解说、主治、人体取穴部位与疾病配穴、按摩手法及力度皆配以精美图说、浅显文字，使读者一目了然，是家庭必备的自疗养生书。针对人体各经络的穴位名，引用其先人医典，如《黄帝内经》、《医宗金鉴》、《针灸甲乙经》、《针灸大成》等中医文献，逐一解释各穴之人体疗效。因此，敲通经络得以延年益寿，指压穴位得以改善病症。故各界中医师提倡“治病应药食同源，从根本治疗”，本人认为“治病可辅以穴位按摩来保健养生”，其不仅是人体健康立于不败之地的致胜筹码，甚至可成为各科疾病治疗的自然养生宗旨！

《经络穴位按摩速查图典》

内容概要

《经络穴位按摩速查图典》内容简介：独创图文加乘速学法现学速点，指压到位，恼人疾患即脱身；命名：浅显文字详解穴位名称的由来，掌握经络运行以涵养身心。部位：深入剖析人体穴位，让你一指到位。主治疾病：完整收录各穴所能治疗的疾病，让你百病无忧。

自我按摩：按摩自己来，疾患靠边站。

精确取穴：最新国际标准精确取穴，形象、直观又准确。

取穴技巧：医学专家私藏的取穴技巧，让你三秒钟精确取穴。

按摩方式：图表式的指压程度、指压方式和指压时间，简洁明了，一学就会。

人体标准穴位挂图：挂图在手，不看书也能快速寻穴。

《经络穴位按摩速查图典》

作者简介

赖镇源，毕业于中华学术院中国医药研究所，后取得广州中医药大学博士。现任合元中医诊所院长、中国台湾中医传统医学会常务理事、中国针灸学会理事、广州中医药大学与湖南中医药大学客座教授等。

《经络穴位按摩速查图典》

书籍目录

章节摘录

插图：第1章头部穴位一点通001迎香穴鼻炎鼻塞缓解穴伍配治病0001急慢性鼻炎伍配穴位：合谷穴、迎香穴、印堂穴疾病概述：鼻炎指的是鼻腔黏膜和黏膜下组织的炎症。表现为充血或者水肿，患者经常会出现鼻塞、流清水涕、鼻痒、喉部不适、咳嗽等症状。按摩顺序与技法：首先张开左手，用右手的大拇指轻揉左手的合谷穴1分钟，交换双手再按1分钟；然后合并四指轻放于迎香穴处缓缓地揉3分钟；最后闭上眼睛，用中指轻轻敲打印堂穴数十下。每天坚持效果更佳。0002鼻出血伍配穴位：神庭穴、迎香穴疾病概述：鼻出血又称鼻衄，是临床常见症状之一，多因鼻腔病变引起，也可由全身疾病所引起，偶有因鼻腔邻近病变出血经鼻腔流出者。鼻出血多为单侧，亦可为双侧；可间歇反复出血，亦可持续出血。按摩顺序与技法：发现鼻子出血马上抬起头，用手掌轻拍额头数十下，再用中指轻按神庭穴1分钟左右，然后用双手食指分别按压迎香穴1~3分钟，即可止血。0004面神经麻痹伍配穴位：迎香穴、四白穴、地仓穴疾病概述：面神经麻痹，俗称“面瘫”，是以面部表情肌群运动功能障碍为主要特征的一种常见病。患者面部往往连最基本的抬眉、闭眼、鼓嘴等动作都无法完成。按摩顺序与技法：先用双手食指按压迎香穴1~3分钟，再用双手中指揉按四白穴1~3分钟，最后将一手的拇指和食指张开成“八”字形，轻贴于嘴角两端的地仓穴上，按压数十次即可。

《经络穴位按摩速查图典》

编辑推荐

《经络穴位按摩速查图典》：三秒钟准确找穴，一穴多用治百病。专家教你小穴位百姓获得大健康，中国医药大学中医学院，张永贤教授。京都同仁堂第十四代传人，乐觉心医师强力推荐。250个穴位速查学，700种疾病对症按摩。中华文化大学堂搜狐读书频道“养生堂”，健康中国·系列名家论坛联合强力打造，中国图解生活第一品牌。

《经络穴位按摩速查图典》

精彩短评

- 1、老爸要的，所以，买了。听说还不错
- 2、在亚马逊购书有年头了，整个过程方便快捷还享受实惠的书价。书是替婆婆买的，她觉得这本书很实用，索图试着按压穴位抑制打嗝（已连续打嗝2小时），还真见效停止打嗝了。婆婆又买了4本要分送朋友。
- 3、感觉内容不错，很喜欢。
- 4、对于穴位快速查找很有用，值得推荐
- 5、挺好的，就是按不准穴位
- 6、给老妈买的，她说这上面穴位很准确
- 7、跟书店看的是一样，便宜一半，美中不足的是没有另一个版本的大的全人体图
- 8、写的好，也很喜欢
- 9、不错的书对初学者有帮助。
- 10、此书自己觉得非常喜欢，很适合自己按摩穴位的查询很清楚。。。
- 11、给家人买的，送到之后，看了说非常好，很满意
- 12、里面还有配伍禁忌，不错~
- 13、非常简便的找穴方法，对于老百姓来说，比较实用，还有按摩的手法。配的穴位图质量也很好。全五星！
- 14、送货挺快。但书籍本身有很多粘页、脱胶，给人的感觉就是盗版。从内容上看，毫无新意，没有具体实例证明，全是理论上的东西，因而明显不值这个价格，性价比极低。所谓几秒钟轻松找到穴位，更是搞笑。不过，几秒钟找到穴位周边10厘米的范围还差不多。有没有用不好说，就当交个学费了。
- 15、经络穴位按摩速查图典
- 16、支持国粹，这本书非常好，结合中医经络人体模型一起使用，效果不错！
- 17、文字说明贴近生活,受用!
- 18、内容丰富，图解详细，好书~

《经络穴位按摩速查图典》

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