

《图解一穴多用治百病》

书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2013年08月01日

开本：64开

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787122165213

内容简介

《图解一穴多用治百病》300多个穴位按功效分成特效穴，急救穴，缓解头痛穴，改善颈椎病、肩周炎穴、治疗皮肤病穴等33大类，方便读者查找。每个穴位均介绍了按摩、艾灸、拔罐、敷贴等治疗手法，简单易学。配有600余幅穴位定位图和治疗手法图，图文互参，一看就懂。

目录

一穴多用，小穴位如何治百病

教你轻松找准穴位

非认识不可的13个特效穴

风池

合谷

关元

百会

内关

涌泉

天宗

三阴交

中渚

长强

委中

教你轻松找准穴位

风池

关元

内关

天宗

中渚

委中

内庭

十二经络中的个特效“郄穴”

郄门

金门

养老

温溜

中都

必须熟知的个特效急救穴

兑端

十宣穴

夺命

胆囊

哑门

气端

食窦

不可不知的个减肥塑身特效穴

水分

足三里

阴交

让你强身健体的个特效穴

丰隆

膻中

神封

缓解头痛特效穴

头维

瘰脉

气海

肾俞

脾俞

脑空

本神

少海

风府

京骨

清冷渊

足窍阴

解牙龈痛、牙痛特效穴

八邪

下关

牙痛

液门

承浆

仆参

缓解胃痛特效穴

夹承浆

膈关

建里

筋缩

昆仑

治疗结膜炎特效穴

睛明

阳溪

耳尖

治疗白内障特效穴

球后

天井

光明

青灵

治疗鼻炎特效穴

上迎香

口禾髎

神庭

通天

廉泉

天突

天鼎

少商

翳风

间使

大钟

缓解四肢痛（麻）、腰背痛特效穴

尺泽

四渎

腰痛点

痞根

委阳

承筋

居髎

腰阳关

犊鼻

承山

新设

肩髃

肩髃

大杼

秉风

缺盆

条口

厥阴俞

中府

周荣

定喘

华盖

扶突

身柱

咳喘点

肩中俞

角孙

气舍

中脘

曲泽

疗腹泻特效穴

会阳

止泻

治疗腹痛特效

关门

府舍

冲门

急脉

梁门

腹通谷

漏谷

大都

魂门

太乙

治疗头晕特效穴

承光

曲鬓

解溪

印堂

颈夹脊

治疗落枕特效穴

巨髎

颈百劳

列缺

三焦俞

下廉

上廉

后溪

阴包

悬钟

巨阙

劳宫

曲骨

大赫

然谷

胞育

血海

足临泣

内膝眼

至阴

十七椎

带脉

气门

地机

石门

百虫窝

风市

大骨空

缓解疲劳乏力、畏寒特效穴

大包

神道

腰俞

神门

强间

翳明

腰奇

厉兑

通里

灵道

极泉

大陵

神藏

神堂

颅息

听宫

天窗

阳谷

治疗便秘、痔特效穴

二间

交信

商丘

大肠俞

附录

[显示全部信息](#)

在线试读部分章节

相信很多人对穴位名字并不陌生，或多或少都会列举一二，但是对穴位的功效以及使用方法知之甚少。

传统医学认为，每个穴位都有其特定的功效，如清热、解表、祛风、利尿……，不仅有增强机体免疫功能之“防未病”的作用，还能够调节体内脏腑功能，对“已病”起到辅助治疗作用。为什么小小的穴位有如此神奇的大功效呢？这是因为，人体从头到脚分布着十四条经络，共同组成一个庞大的“网络”；每条经络都有十数个甚至是数十个穴位，它们就像是网络上的信息点，能够接收从四面八方传来的信息，一旦发现人体某一部分出现问题，就会立刻发

出警报，反应病痛症状。但是，穴位的作用远远不仅于此，它不是孤立于体表的点，与深部组织、器官有着密切的双向联系：既能从内通向外内反应病痛，又可以由外通向内地接受刺激，以治疗疾病。

换句话说，当人体组织、器官等出现异常时，对相应的穴位进行适当刺激，就能在一定程度上使机体阴阳恢复平衡，使病证得到缓解、治愈。同样道理，在身体没有出现异常时，也应该经常进行经穴养生，可达到强健体魄、防未病的效果。

为了使读者进一步了解穴位的功用，以及更好地操作穴位，《图解一穴多用治百病》以中医理论为基础，本着“绿色健康疗法”的理念，介绍治疗该病的特效穴位，每个穴位不仅列举较常见的病症，还介绍了其他适应病症，使读者不拘于某个特定病症，灵活运用。

本书还合理配置每个穴位的治疗方法和手法——或简单易行（拔罐、艾灸、按摩、敷贴等），可自己在家操作；或提出相应方法，由医生指导或由医生操作（针刺）。更便于非专业人士的操作。我们由衷希望，本书能够成为读者生活、工作中不可缺少的健康伙伴，也希望通过阅读本书，让更多的人提高对健康的意识。

[显示全部信息](#)

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