



察“颜”观色，“掌”握健康，

揭秘脸上和手上的健康密码！

清晰图解面部、手部变化，轻松自诊身体病痛！

面诊手诊

— 全图解 —

周念宇 主编

面诊手诊

图文对照，快速解读藏在
脸上和手上的健康密码

轻松自疗

独创面诊手诊诊疗法，
轻松治好55种常见疾病

黑龙江出版集团

黑龙江科学技术出版社



【面色发红】

提示体内有热



【左手全息手像图】



【面色发白】

提示体内寒气太盛



【右手全息手像图】

图书在版编目(CIP)数据

面诊手诊全图解/周念宇编著. —哈尔滨:黑龙江科学技术出版社, 2014. 6

ISBN 978-7-5388-7906-3

I. ①面… II. ①周… III. ①望诊(中医) —图解
②掌纹—望诊(中医) —图解 IV. ①R241.2-64

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第122151号

面诊手诊全图解

MIANZHEN SHOUZHEN QUANTUJIE

编 著 周念宇

责任编辑 闫海波

封面设计 吴展新

出 版 黑龙江科学技术出版社

地址: 哈尔滨市南岗区建设街41号 邮编: 150001

电话: (0451) 53642106 传真: (0451) 53642143

网址: www.lkcbs.cn

www.lkpub.cn

发 行 全国新华书店

印 刷 深圳市雅佳图印刷有限公司

开 本 711mm×1016mm 1/16

印 张 17

字 数 210千字

版 次 2014年9月第1版 2014年9月第1次印刷

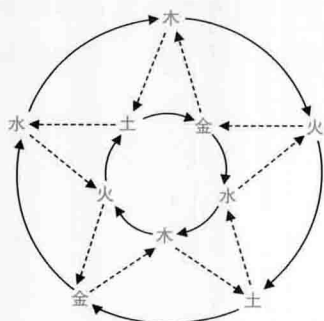
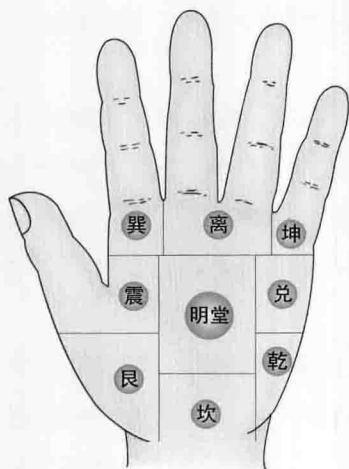
书 号 ISBN 978-7-5388-7906-3

定 价 29.80元

【版权所有, 请勿翻印、转载】



Contents 目录



五行图

——→ 相生

-----→ 相克

第一章 了解面部、手部的分属区划分

012 面部脏腑分属

017 手部划分法

第二章 认识面诊与手诊

020 什么是面诊

022 面诊的理论依据

024 头面部的脏腑反射区

024 脏腑在面部的反射区

026 眼与脏腑的分属

028 鼻与脏腑的分属

030 人中与脏腑的分属

032 唇与脏腑的分属

034 耳与脏腑的分属

036 舌与脏腑的分属

038 牙齿与脏腑的分属

040 掌握面诊的要点

042 什么是手诊

044 手诊的理论依据

044 观指甲诊病的理论依据

046 观五指诊病的理论依据

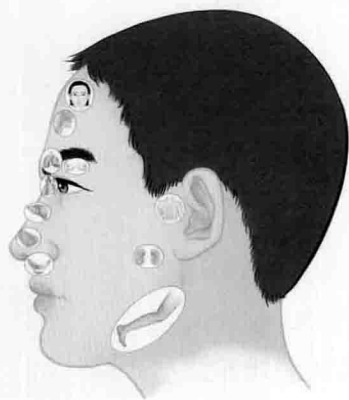
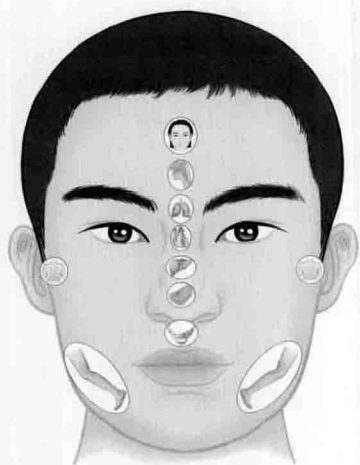
048 观手纹诊病的理论依据

050 认识手疗

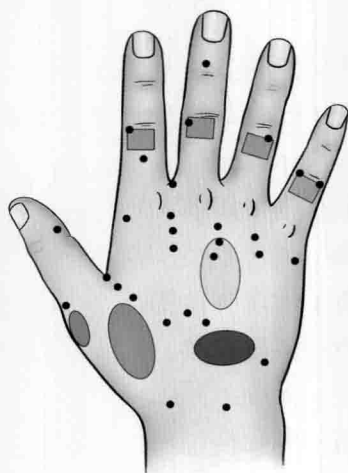
052 手疗的基本操作方法



第三章 面部诊病方法



- 056 面色异常与疾病判断
- 056 面色发红：体内有热
- 057 面色发白：体内寒气太盛
- 058 面色发青：阳气虚弱
- 059 面色发黑：肾气不足
- 060 面色发黄：体内气血不足
- 061 面部红肿：体内有热
- 062 面部浮肿：脾气不足
- 063 面部抽搐：肝气抑郁
- 064 眼部异常与疾病判断
- 064 眼睛发黄：脾气不足
- 065 眼睛发红：感染病毒
- 066 眼睛不停眨动：肝虚血少
- 067 眼睛流泪：肝血不足
- 068 两眼无神：血气亏损
- 069 上眼睑下垂：气血瘀滞
- 070 眼睑肿胀：湿气停滞
- 071 瞳仁散大：体内火气上升
- 072 耳部、鼻部异常与疾病判断
- 072 耳内流脓：热火上升
- 073 耳内长肉：体内有热毒
- 074 耳朵流血：肝火上升
- 075 鼻子上生疮：体内有热
- 076 口腔异常与疾病判断
- 076 嘴唇燥裂：脾胃热气太盛
- 077 嘴唇青紫：脾阳之气太弱
- 078 嘴唇颤动：脾虚血燥
- 079 口中生疮：中气不足
- 080 咽喉肿痛：体内热气太盛



- 081 咽喉溃烂：体内有火
- 082 牙齿松动：肾气虚
- 083 牙齿焦黑：冷风侵袭经脉
- 084 牙龈出血：体内有火
- 085 牙龈溃烂：胃热太盛
- 086 牙龈萎缩：气血亏损
- 087 咬牙：体内有蛔虫
- 088 舌部异常与疾病判断
- 088 舌头开裂：热气太盛
- 089 舌头干燥：阳气太盛
- 090 舌头萎缩：心脾虚弱
- 091 舌头发红：体内有热
- 092 舌头青色：体内寒气凝结
- 093 舌头紫色：体内有热毒
- 094 舌头淡白色：气血不足
- 095 舌上无苔：肾阴不足
- 096 舌苔白色：体内有寒气
- 097 舌苔黄色：体内有湿热
- 098 舌苔灰黑色：脾功能衰弱
- 099 舌苔溃烂：胃功能失调
- 100 舌苔白腻：肝胆功能失常
- 101 舌苔黄腻：湿气内阻

第四章 观手诊病的方法

- 104 观手外形诊病
- 104 手掌类型与病症诊断
- 106 手掌色泽与病症诊断
- 107 手掌的其他变化与病症诊断
- 108 观五指诊病



- 108 手指形态与相对应的疾病
- 110 根据手指的异常变化诊断疾病
- 112 观指甲诊病
- 112 常见的指甲形态与体质的对应关系
- 114 根据指甲的颜色变化诊断病症
- 115 观察甲半月诊断疾病
- 116 14 条主要掌纹线的病理变化
- 116 手掌上的 1 线：感情线
- 118 手掌上的 2 线：脑线
- 120 手掌上的 3 线：生命线
- 122 手掌上的 4 线：健康线
- 124 手掌上的 5 线：玉柱线
- 126 手掌上的 6 线：障碍线
- 128 手掌上的 7 线：成功线
- 130 手掌上的 8 线：放纵线
- 132 手掌上的 9 线：过敏线
- 134 手掌上的 10 线：土星线
- 136 手掌上的 11 线：性线
- 138 手掌上的 12 线：酒线
- 140 手掌上的 13 线：悉尼线
- 142 手掌上的 14 线：猿猴纹
- 144 8 种常见病理纹的对应病症
- 144 “十”字纹：疾病早期
- 146 “△”形纹：疾病中期
- 148 “井”字纹：慢性炎症
- 150 “□”形纹：病情稳定
- 152 “米”字纹：脏腑瘀滞
- 154 “☆”形纹：突发疾病
- 156 “○”形纹：外伤痕迹
- 158 “岛”形纹：肿瘤囊肿

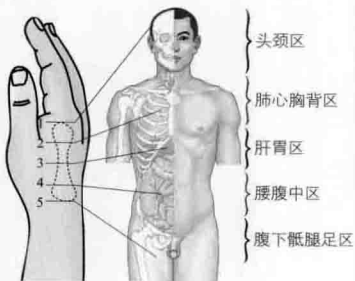


第五章 常见疾病诊疗法

- 162 内科病症
- 162 感冒
- 164 慢性支气管炎
- 166 肺炎
- 168 肺结核
- 170 慢性胃炎
- 172 胃下垂
- 174 胃溃疡及十二指肠溃疡
- 176 肠炎
- 178 便秘
- 180 神经衰弱
- 182 脑动脉硬化
- 184 高血压
- 186 低血压
- 188 冠心病
- 190 贫血
- 192 癫痫
- 194 糖尿病
- 196 甲亢
- 198 尿路感染
- 200 外科及骨伤科病症
- 200 胆囊炎、胆结石
- 202 痔疮
- 204 腰痛
- 206 颈椎病
- 208 皮肤科、五官科病症
- 208 湿疹
- 210 荨麻疹
- 212 痤疮



目录

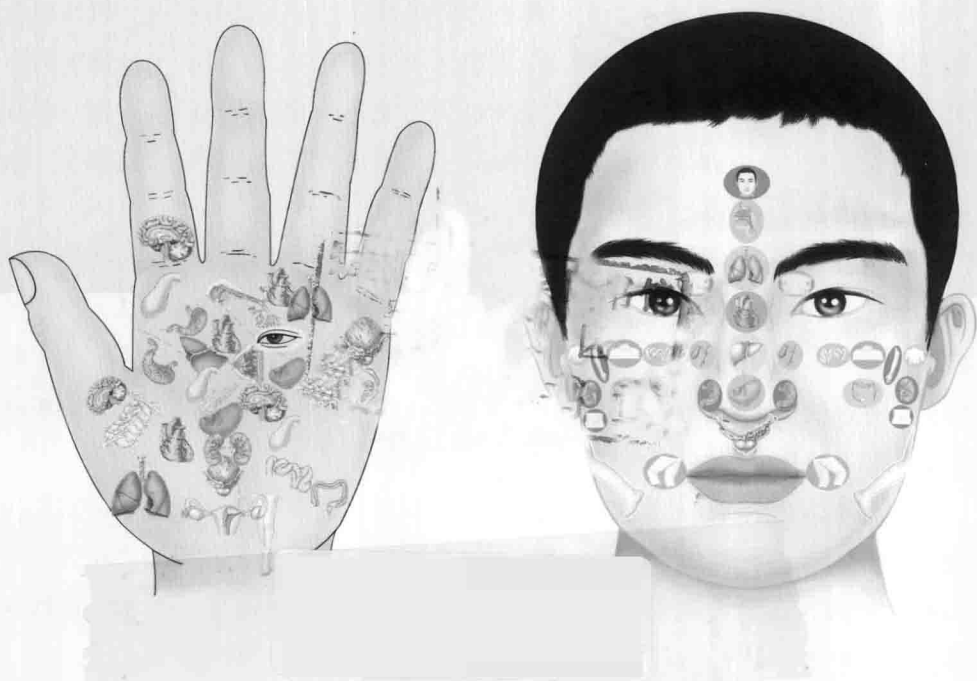


- 214 神经性皮炎
- 216 麦粒肿
- 218 斑秃脱发
- 220 过敏性鼻炎
- 222 流鼻血
- 224 扁桃体炎
- 226 咽炎
- 228 耳鸣
- 230 白内障
- 232 牙痛
- 234 男科病症
- 234 尿路结石
- 236 前列腺炎
- 238 阳痿
- 240 遗精
- 242 早泄
- 244 妇科、儿科疾病
- 244 月经不调
- 246 痛经
- 248 闭经
- 250 子宫脱垂
- 252 子宫肌瘤
- 254 卵巢囊肿
- 256 乳腺增生
- 258 不孕症
- 260 百日咳
- 262 小儿遗尿
- 264 其他病症
- 264 眩晕
- 266 头痛
- 268 失眠
- 270 肥胖症

面诊手诊

全图解

周念宇 编著



黑龙江出版集团
黑龙江科学技术出版社

望面观手，把握健康很容易

中医面诊和手诊，在我国有着悠久的历史，是我国历代医家通过几千年来诊断疾病积累起来的宝贵经验。2000多年前的《黄帝内经》就认为人体的局部和整体具有辩证统一的关系，即身体每一个局部都与全身的脏腑、经络等密切相关。因此在诊病时，通过观察五官、手掌等就可以了解人的健康状况。

面部络脉丰富，为脏腑气血之外荣，经脉之所聚，《灵枢·邪气脏腑病形》曰：“十二经脉三百六十五络，其气血皆上于面而走空窍。”中医认为，人体五脏六腑在面部都有一定的反射区，而脸面就是脏腑的外衣。面诊就是通过观察这些部位神、色、形态等的变化来判断五脏六腑各个部位的健康状况的。

面部的望诊，不仅能诊察出面部本身的病变，而且可以了解正气的盛衰及邪气的深浅，推测病情的进退顺逆。因此，面诊在诊断学上具有十分重要的意义。如果我们能够发现面部与对应脏腑部位的变化，通过诊察面部，探知与其相关脏腑的疾病，并采取恰当的治疗措施，及时进行医治，便能去病强身，从而获得健康美好的生活。

而手是人体全身脏腑器官的完整缩影，所以，人体组织器官的病变均可在手的某些部位上得以体现。《灵枢》中有诊鱼际纹路之法及爪甲诊病法；唐代王超《水镜图诀》中介绍过小儿指纹诊病方法。此外，手部还有大片的病理反射区，是神经的聚集点。一只手正反面有70多个病理反射区和治疗穴位，临床实践证明，对这些穴区进行刺激可治疗近百种疾病。

近年来，面诊与手诊越来越受到人们的欢迎，在经济发达的欧美国家还出现了众多面诊、手诊医学专家。它之所以发展得如此迅速，是因为这种方法不但诊断准确，极易发现病情，而且不论肤色人种，一律通用，既无需任何仪器，又无创伤、无不良反应，随时随地可以进行诊察。

随着手诊法一同兴起的手疗法，是一种无创伤、无不良反应，随时可以进



行的治疗方法。具有操作简便、易学易懂、疗效显著、经济安全的特点，符合老百姓对治疗方法“简、便、廉、验”的要求，在民间得到了长期广泛的应用，并广为流传。

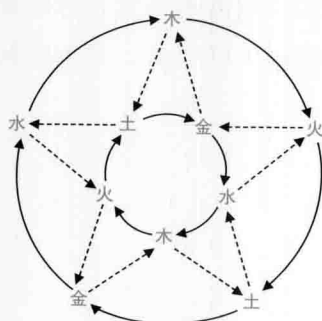
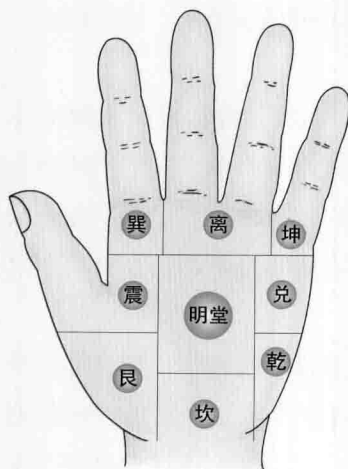
经络穴位治疗也是中医学留给后世的宝贵财富之一，根据刺激手段的不同，可分为按摩、针灸、拔罐、艾灸等多种类别，其中最简单、最常用的要数按摩疗法。按摩疗法入门简单，不需要理解艰深的知识，也不需要使用专业的医疗器械，而且对鼻炎、头痛、腹痛等一些常见病有立竿见影的治疗效果，对高血压、糖尿病等也有很好的调理保健效能。

本书首先介绍了相关的面诊手诊基础知识，内容详尽且通俗易懂，为初学者打开了面诊手诊的大门。然后，详细讲解了不同种类的多种常见疾病的面诊、手诊方法，让读者可以学到简便实用的诊病技巧。同时，还详细讲解了常见疾病的手疗法和穴位疗法。另外，针对每种疾病的治疗，还特别配备了养生保健的药膳方剂。以上是本书最大的亮点，即不管是诊断，还是治疗，内容丰富且方法多样，读者可以根据自己的喜好和方便原则选择适合自己的诊治方法。

本书将详尽的图示与文字有机地结合，在方便阅读的同时，读者可以更直观地参照图示来对照自身面部、手部的变化特征，诊断自身病痛，并通过观察图示呈现出来的对应病症来有效祛除病灶，预防疾病的发生。这是一本一专多能的综合性读物，通俗的语言与易学好懂的例证，适合各年龄段关注自身健康的人使用。希望本书可以成为您和家人以及朋友健康路上的好伙伴，衷心地祝愿您一生健康、平安！



Contents 目录



五行图

——→ 相生

- - - -> 相克

第一章 了解面部、手部的分属区划分

012 面部脏腑分属

017 手部划分法

第二章 认识面诊与手诊

020 什么是面诊

022 面诊的理论依据

024 头面部的脏腑反射区

024 脏腑在面部的反射区

026 眼与脏腑的分属

028 鼻与脏腑的分属

030 人中与脏腑的分属

032 唇与脏腑的分属

034 耳与脏腑的分属

036 舌与脏腑的分属

038 牙齿与脏腑的分属

040 掌握面诊的要点

042 什么是手诊

044 手诊的理论依据

044 观指甲诊病的理论依据

046 观五指诊病的理论依据

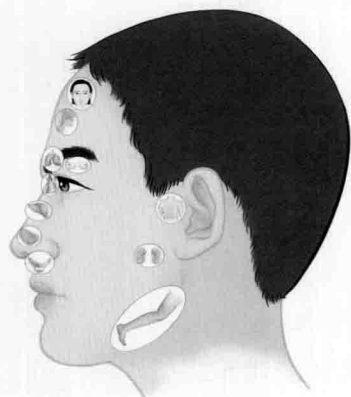
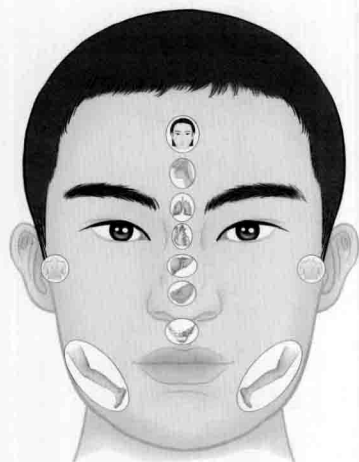
048 观手纹诊病的理论依据

050 认识手疗

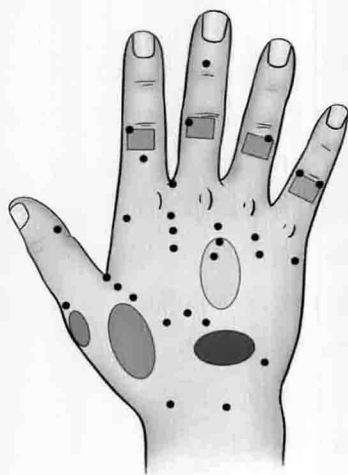
052 手疗的基本操作方法



第三章 面部诊病方法



- 056 面色异常与疾病判断
- 056 面色发红：体内有热
- 057 面色发白：体内寒气太盛
- 058 面色发青：阳气虚弱
- 059 面色发黑：肾气不足
- 060 面色发黄：体内气血不足
- 061 面部红肿：体内有热
- 062 面部浮肿：脾气不足
- 063 面部抽搐：肝气抑郁
- 064 眼部异常与疾病判断
- 064 眼睛发黄：脾气不足
- 065 眼睛发红：感染病毒
- 066 眼睛不停眨动：肝虚血少
- 067 眼睛流泪：肝血不足
- 068 两眼无神：血气亏损
- 069 上眼睑下垂：气血瘀滞
- 070 眼睑肿胀：湿气停滞
- 071 瞳仁散大：体内火气上升
- 072 耳部、鼻部异常与疾病判断
- 072 耳内流脓：热火上升
- 073 耳内长肉：体内有热毒
- 074 耳朵流血：肝火上升
- 075 鼻子上生疮：体内有热
- 076 口腔异常与疾病判断
- 076 嘴唇燥裂：脾胃热气太盛
- 077 嘴唇青紫：脾阳之气太弱
- 078 嘴唇颤动：脾虚血燥
- 079 口中生疮：中气不足
- 080 咽喉肿痛：体内热气太盛



- 081 咽喉溃烂：体内有火
- 082 牙齿松动：肾气虚
- 083 牙齿焦黑：冷风侵袭经脉
- 084 牙龈出血：体内有火
- 085 牙龈溃烂：胃热太盛
- 086 牙龈萎缩：气血亏损
- 087 咬牙：体内有蛔虫
- 088 舌部异常与疾病判断
- 088 舌头开裂：热气太盛
- 089 舌头干燥：阳气太盛
- 090 舌头萎缩：心脾虚弱
- 091 舌头发红：体内有热
- 092 舌头青色：体内寒气凝结
- 093 舌头紫色：体内有热毒
- 094 舌头淡白色：气血不足
- 095 舌上无苔：肾阴不足
- 096 舌苔白色：体内有寒气
- 097 舌苔黄色：体内有湿热
- 098 舌苔灰黑色：脾功能衰弱
- 099 舌苔溃烂：胃功能失调
- 100 舌苔白腻：肝胆功能失常
- 101 舌苔黄腻：湿气内阻

第四章 观手诊病的方法

- 104 观手外形诊病
- 104 手掌类型与病症诊断
- 106 手掌色泽与病症诊断
- 107 手掌的其他变化与病症诊断
- 108 观五指诊病

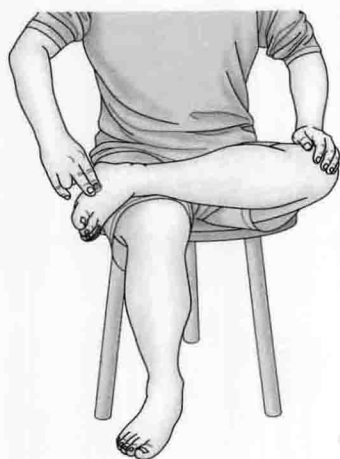


- 108 手指形态与相对应的疾病
- 110 根据手指的异常变化诊断疾病
- 112 观指甲诊病
- 112 常见的指甲形态与体质的对应关系
- 114 根据指甲的颜色变化诊断病症
- 115 观察甲半月诊断疾病
- 116 14 条主要掌纹线的病理变化
- 116 手掌上的 1 线：感情线
- 118 手掌上的 2 线：脑线
- 120 手掌上的 3 线：生命线
- 122 手掌上的 4 线：健康线
- 124 手掌上的 5 线：玉柱线
- 126 手掌上的 6 线：障碍线
- 128 手掌上的 7 线：成功线
- 130 手掌上的 8 线：放纵线
- 132 手掌上的 9 线：过敏线
- 134 手掌上的 10 线：土星线
- 136 手掌上的 11 线：性线
- 138 手掌上的 12 线：酒线
- 140 手掌上的 13 线：悉尼线
- 142 手掌上的 14 线：猿猴纹
- 144 8 种常见病理纹的对应病症
- 144 “十”字纹：疾病早期
- 146 “△”形纹：疾病中期
- 148 “井”字纹：慢性炎症
- 150 “□”形纹：病情稳定
- 152 “米”字纹：脏腑瘀滞
- 154 “☆”形纹：突发疾病
- 156 “○”形纹：外伤痕迹
- 158 “岛”形纹：肿瘤囊肿



第五章 常见疾病诊疗法

- 162 内科病症
- 162 感冒
- 164 慢性支气管炎
- 166 肺炎
- 168 肺结核
- 170 慢性胃炎
- 172 胃下垂
- 174 胃溃疡及十二指肠溃疡
- 176 肠炎
- 178 便秘
- 180 神经衰弱
- 182 脑动脉硬化
- 184 高血压
- 186 低血压
- 188 冠心病
- 190 贫血
- 192 癫痫
- 194 糖尿病
- 196 甲亢
- 198 尿路感染
- 200 外科及骨伤科病症
- 200 胆囊炎、胆结石
- 202 痔疮
- 204 腰痛
- 206 颈椎病
- 208 皮肤科、五官科病症
- 208 湿疹
- 210 荨麻疹
- 212 痤疮



214	神经性皮炎
216	麦粒肿
218	斑秃脱发
220	过敏性鼻炎
222	流鼻血
224	扁桃体炎
226	咽炎
228	耳鸣
230	白内障
232	牙痛
234	男科病症
234	尿路结石
236	前列腺炎
238	阳痿
240	遗精
242	早泄
244	妇科、儿科疾病
244	月经不调
246	痛经
248	闭经
250	子宫脱垂
252	子宫肌瘤
254	卵巢囊肿
256	乳腺增生
258	不孕症
260	百日咳
262	小儿遗尿
264	其他病症
264	眩晕
266	头痛
268	失眠
270	肥胖症

