

中国妇女读物研究会
隆重推出

陶 涛 ◎ 编著

掌紋診病

自我疗法 大全

家庭
健康

掌纹诊疗，最简单最实用的防治疾病疗法

广泛收集41种常见疾病的手诊手疗方法
涉足心脑血管、消化系统、呼吸系统、泌尿系统、免疫系统、男科、
妇科及儿科等方面，内容详实，通俗易懂
了解掌纹，掌握健康

中国妇女出版社

中国妇女读物研究会
隆重推出

陶 涛◎ 编著



病診紋掌

自我疗法大全



中國婦女出版社

图书在版编目(CIP)数据

掌纹诊病自我疗法大全/陶涛编著. —北京:中国妇女出版社, 2010.1

ISBN 978-7-80203-865-3

I. ①掌… II. ①陶… III. ①掌纹一望诊(中医) —基本知识 IV. ①R241.29

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第209714号

掌纹诊病自我疗法大全

编 著: 陶 涛

责任编辑: 李白沙

责任印制: 王卫东

封面设计: 尚书坊

出 版: 中国妇女出版社出版发行

地 址: 北京东城区史家胡同甲24号

邮政编码: 100010

电 话: (010) 65133160 (发行部)

65133161 (邮购)

网 址: www.womenbooks.com.cn

经 销: 各地新华书店

印 刷: 三河市宏凯彩印包装有限公司

开 本: 170×240 1/16

印 张: 20

字 数: 280千字

版 次: 2010年2月第1版

印 次: 2010年2月第1次

书 号: ISBN 978-7-80203-865-3

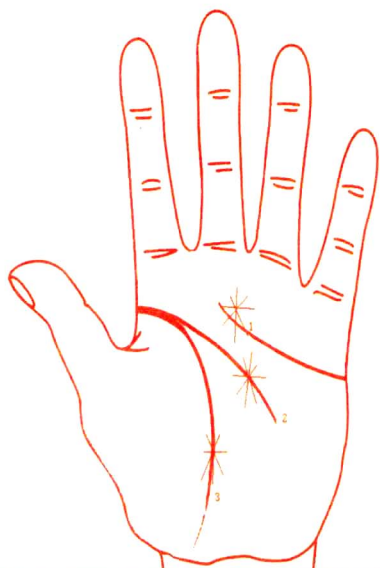
定 价: 39.80元

版权所有 侵权必究

(如有印装错误, 请与发行部联系)

现代社会，人们工作和生活的节奏快、压力大，加上又缺乏锻炼，所以，一不小心各种疾病就会“悄悄地”找上门来。面对这种情况，难道我们就没有自查自疗的简单方法吗？答案是肯定的：“有！”《掌纹诊病自我疗法大全》的面世，可以帮你解忧！

掌纹治病，是中国传统医学的宝贵财富，经过数千年历代人的实践探索，不但可以诊病、治病，而且在保健、预防上也具有重要的意义。它以其独特的诊断方法，准确、快捷、方便的诊断效果，赢得了社会的



前言

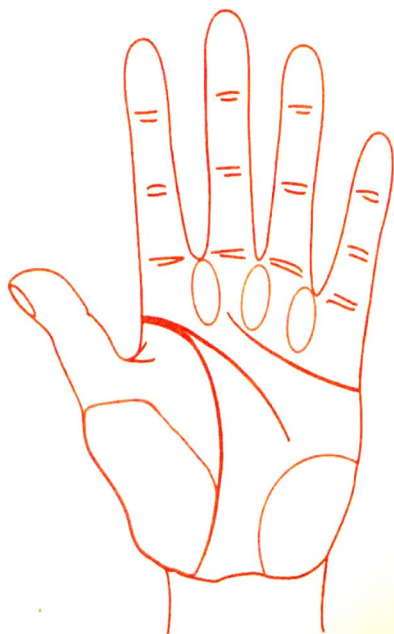
PREFACE



普遍认可。在“看医难，看病贵”的今天，手诊与手疗越来越受到人们的青睐。

掌纹医学重在研究疾病发作之前的征兆、病理信息和预警信号，充分体现了中医“治未病”的科学理论。手诊不受人种或肤色的局限，不受化妆美容的影响，更不受自我情绪的影响，具有极大的通用性质，而且手诊方法独特、疗效显著、无副作用、经济安全、易学易用。因此，我们特推出《掌纹诊病自我疗法大全》。

本书主要从揭开掌纹诊病的神秘面纱，了解手掌的生理构造，与健康紧密相关的掌纹和穴位，常见病的掌纹与诊疗几方面介绍掌纹治疗的基本知识，共细分为十三个



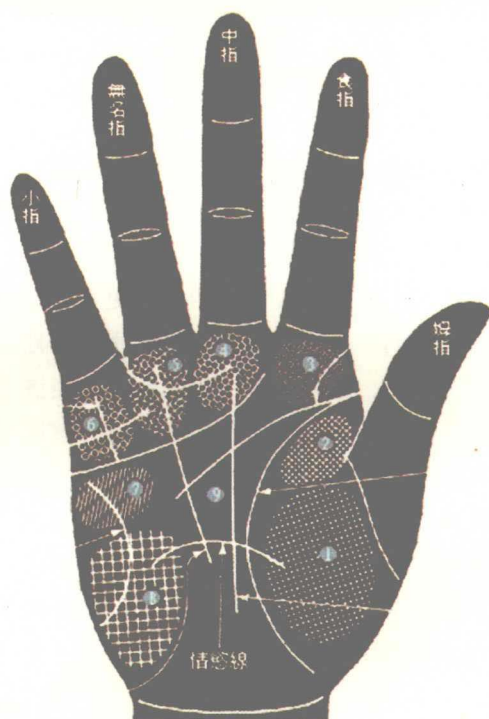
部分，包括手部的生理形态，手部的生理解剖，手掌皮肤的生理特征，手部常取穴位与诊疗，手部经脉循行及诊病，掌部皮肤信息及人体对应诊疗，掌部望诊，手指望诊，指甲望诊，手形望诊，内科常见病的掌纹与诊疗，生殖、泌尿系统的掌纹与诊疗，儿科常见病的掌纹与诊疗等。本书内容丰富，知识广博，是一部具有权威性、系统性、实用性和可操作性的工具书，同时又是一部有很强的实验性、资料性和科学性的医学著作。

本书是一部自身健康自查自疗的保健医书，更像一位让你医病无痛苦、无伤痕、无副作用的良师益友！

PREFACE



前言





目录

CONTENTS

开篇 揭开掌纹诊疗神秘的面纱 1

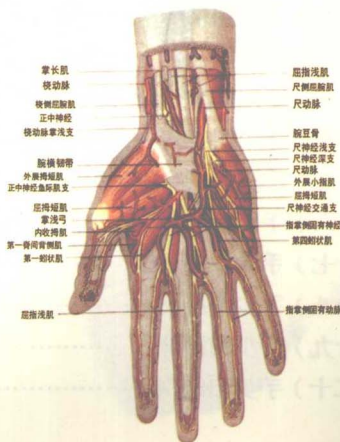
现代社会，是一个时尚与科学的社会。人们在追求时尚的同时，更崇尚科学、追求健康！观手知健康，于人于己方便、快捷。在人们竞相追逐掌纹诊疗的热潮面前，不禁有人要问：“看手纹，观手相，真的能识别一个人的健康状况吗？”对此，我们不妨追溯它的源头，揭开它的神秘面纱。

一、什么是手诊.....	1	三、手诊的应用.....	2
二、手诊的历史.....	1	四、手诊前，要做什么准备.....	2

第一章 了解手掌的生理构造 3

掌纹诊病，顾名思义，就是通过观察手掌的皮肤、纹理、纹路走向及青筋色泽来判断机体健康状况的一种方法。而掌握掌纹的关键就是要从了解“手部的生理知识”入手，即在共性中寻找个性的差异性，进而做到因人因手判断病情。

一、手部的生理形态.....	3	(二) 手掌皮下血液循环	10
(一) 腕部	3	(三) 手掌是末梢神经的集中区 ...	10
(二) 手掌	4	(四) 手掌是经络穴位的集中区 ...	10
(三) 手背	7		
(四) 手指	7		
二、手部的生理解剖.....	7		
(一) 手部骨骼	7		
(二) 手部肌肉	8		
(三) 手部血液循环	8		
(四) 手部神经	8		
三、手掌皮肤的生理特征.....	9		
(一) 手掌皮肤	9		



第二章 与健康紧密相关的掌纹和穴位 11

掌纹医学，是一门边缘学，具有包容性和整体性。它生动而又形象、直观地展示了人体生命的系统性和自我控制性，是系统论、控制论在人体生命科学中的具体应用。它包括掌形、掌色、皮纹、指甲等多个方面的内容，是一门先进的中医学科。我们只有了解它、掌握它，才能使它为我们服务，即通过观察掌纹的全部信息，做到早发现疾病，早治疗，进而起到强身健体的作用。

一、手部常取穴位与诊疗 11

- (一) 手部经穴 11
- (二) 手部奇穴 17
- (三) 手部针穴 23

二、手部经脉循行及诊疗 29

- (一) 手太阴肺经 30
- (二) 手太阴经筋 30
- (三) 手太阴络脉 31
- (四) 手太阴经别 31
- (五) 手厥阴心包经 31
- (六) 手厥阴经筋 32
- (七) 手厥阴络脉 32
- (八) 手厥阴经别 32
- (九) 手少阴心经 32
- (十) 手少阴经筋 32
- (十一) 手少阴络脉 33
- (十二) 手少阴经别 33
- (十三) 手阳明大肠经 33
- (十四) 手阳明经筋 34
- (十五) 手阳明络脉 34
- (十六) 手阳明经别 34
- (十七) 手少阳三焦经 35
- (十八) 手少阳经筋 35
- (十九) 手少阳络脉 35
- (二十) 手少阳经别 36

(二十一) 手太阳小肠经 36

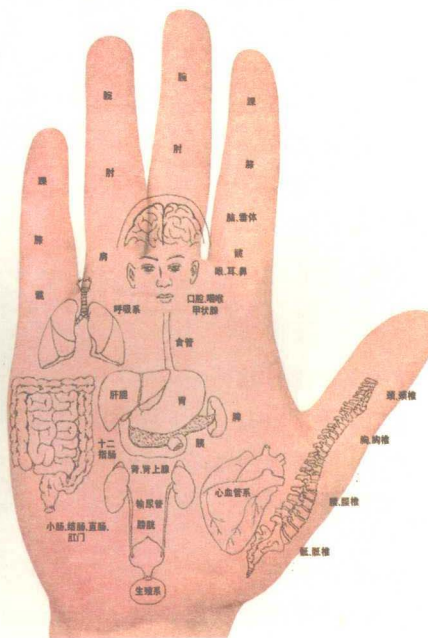
(二十二) 手太阳经筋 36

(二十三) 手太阳络脉 37

(二十四) 手太阳经别 37

三、掌纹皮肤信息及人体对应诊疗 38

- (一) 掌纹的形成 38
- (二) 手掌上对应的人体各部定位 49
- (三) 几种病症的全息手诊特点 52
- (四) 第二掌骨桡侧全息穴位群的诊疗 53



- (五) 手掌上的九宫定位与疾病诊疗 55
- (六) 手部全息反应图 57

四、掌部望诊 57

- (一) 观察手掌 57
- (二) 自我环状测试 58
- (三) 观掌色自我诊疗 60
- (四) 观掌纹自我诊疗 62
- (五) 观掌丘自我诊疗 63

五、手指望诊 68

- (一) 手指与疾病 68
- (二) 手指与性格 71
- (三) 手指之外候 71

六、指甲望诊 77

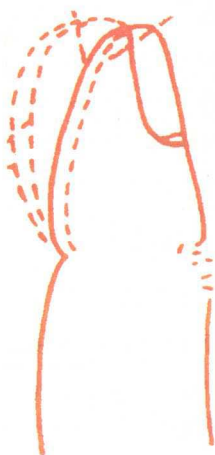
- (一) 指甲的生理构成 77
- (二) 指甲的色泽与诊病 82

- (三) 透过指甲知病情 91

- (四) 透过甲半月知病情 98

七、手形望诊 101

- (一) 手掌观健康 102
- (二) 五行手望诊识病情 106
- (三) 掌形望诊识病情 108



第三章 常见病的掌纹与诊疗 111

我们列举了40多种现代常见疾病，涉足心脑血管系统、消化系统、呼吸系统、泌尿系统、生殖系统、免疫系统及男科、妇科、儿科等方面，详述掌纹判断与理疗，并增加更多的诊疗方法及食疗药方等，以求更加方便、实用。了解掌纹，了解自己，你就掌握了自己健康的主动权。

一、内科常见病的掌纹与诊疗 111

- (一) 头痛 111
- (二) 失眠症 121
- (三) 脑出血 126
- (四) 高血压 131
- (五) 心脏病 138
- (六) 糖尿病 147
- (七) 中耳炎、耳鸣 152



(八) 慢性胃炎	159
(九) 胃及十二指肠溃疡	165
(十) 胰腺炎	171
(十一) 慢性肝炎	175
(十二) 肺结核	179
(十三) 肺气肿	184
(十四) 淋巴结核	187
(十五) 腰痛病	189
(十六) 白发病	192
(十七) 脱发病	197
(十八) 三叉神经痛	201
(十九) 眩晕症	205

二、生殖、泌尿系统常见病

的掌纹与诊疗..... 211

(一) 前列腺炎	211
(二) 肾炎	217
(三) 性功能障碍	221
(四) 遗精	225
(五) 阳痿	229

(六) 早泄	236
(七) 尿路感染	239
(八) 子宫肌瘤	245
(九) 痛经	250
(十) 盆腔炎	256
(十一) 月经不调	261
(十二) 崩漏	266
(十三) 子宫脱垂	270
(十四) 女性不孕	274

三、小儿常见病的掌纹与诊疗 280

(一) 小儿厌食症	280
(二) 小儿腹泻	285
(三) 夜啼	288
(四) 小儿汗症	293
(五) 流口水	297
(六) 小便不通	301
(七) 小儿肥胖症	303
(八) 佝偻病	308

开篇

揭开掌纹诊疗 神秘的面纱



现代社会，是一个时尚与科学的社会。人们在追求时尚的同时，更崇尚科学、追求健康！观手知健康，于人于己方便、快捷。在人们竞相追逐掌纹诊疗的热潮面前，不禁有人要问：“看手纹，观手相，真的能识别一个人的健康状况吗？”对此，我们不妨追溯它的源头，揭开它的神秘面纱。

一、什么是手诊

手部掌纹的诊断与理疗，我们简称为手诊。手诊是医生运用视觉对患者的手进行有目的地观察，以了解人体健康或疾病状况的一种诊断方法。人类认识自然，80%以上的信息由视觉获得，无论西医的“视、触、叩、听”，还是中医的“望、闻、问、切”，其中，“视”“望”均排第一位。因此，现在所指的手诊，主要是指对手部的望诊，这种方法主要分为手形、手纹、气色形态三大类。

二、手诊的历史

几千年来，中华民族在同疾病作斗争的过程中，经过历代医学家的不断实践、充实和发展，积累了丰富的诊断疾病经验。手纹诊病也是其中的一个分支。它同经络诊法、腧穴诊法、时辰诊法及气质诊法一样，虽一般诊断专著未记载，尚未能普及于临床，但确属医诊法学的重要内容之一。如今经过医学、生理、心理等学者们的努力，把这一历经几千年的潜在经验逐步变成了科学。

当代著名中医学家董建华说：“欲穷临床，首重于诊。诊法之中，望闻问切，至为重要。观古往今来，为名医者莫不精此四者之道。然四诊之外，又有五气六运可稽，易经八卦可演，千般诸法，精穷奥蕴。前贤双调和孙思邈叹曰：须精熟如此，乃得为大医。”

《医学摘粹》中讲：“面微黑黄，视其寿带纹短，若缠绕口角，亦非蓄血，即相家所谓：滕蛇入口，主饿死。更视其人有饥饿消瘦之容，询问必是噎膈病。”现代临床验证，此人易患食道疾病，多为食道癌之兆，手掌也相应有明显纹路出现。这是从古代医书文献里发掘的成果，如今更重要的是在实践中学习，在未知领域内进行不断地探索和积累。

三、手诊的应用

国内体育界已经在利用掌纹选择优秀运动员了。研究表明：皮肤与运动员体质、素质、耐力、智力都有着密切关系。指纹纹路角度越小，表示脑子反应越灵敏，同时，双手箕斗纹络要多，十指肚弓形纹要少。《黄帝内经》告诉我们：人的寿命长短取决于什么？取决于是否能保护自己，是否讲究卫生之道。人生在世，一要生存，二要发展。所以，必须要有一个健康的身体。失去健康，生命之活力就会枯竭，追求幸福美满生活之愿望就会落空。

至于社会上流传的手相算命和所谓“神在每个人手掌上做下了记号，为的是要人们预知自己的将来”，这显然是一种迷信说教。

总之，掌纹诊病，是一门实践性很强的科学。多年来在最发达的美国和日本也出现过许多掌纹医学专家，它之所以有生命力，最根本的一点在于临床有效，如果临床用之无诊断价值，它就会自行灭亡，怎么保护也是没有用的。

掌纹诊病不是万能的，同其他中西医诊断和仪器诊断一样，同样有它的局限性，作为一门新兴而古老的方法，更需要同其他诊断办法综合分析，才能更好地为临床服务。

四、手诊前，要做什么准备

● 尽量满足环境温度在25℃左右，湿度适中，自然光线充足但不是在阳光下的地方。

● 手诊前请勿做提重物劳动，也不要涂抹护肤霜之类的皮肤保健品，更不能饮酒。最好不要在情绪激动和间接接受治疗后，如输液、化疗等。

● 要问清患者有无手受伤和手残史。

● 如果患者的手比较脏，可以用药棉饱蘸70%酒精轻轻擦拭，待自然蒸发后再作观察。

● 如果操作者的视力不好，或为了更清晰地观察细小纹理，建议用100倍的放大镜协助观察。

● 如果想对特殊手纹做深入研究，可用数码相机拍摄后，存入电脑，通过不同色素调节模式，可以观察到病理生长趋向的变化（这是肉眼无法观察到的）。



洗手

第一章

了解手掌 的生理构造



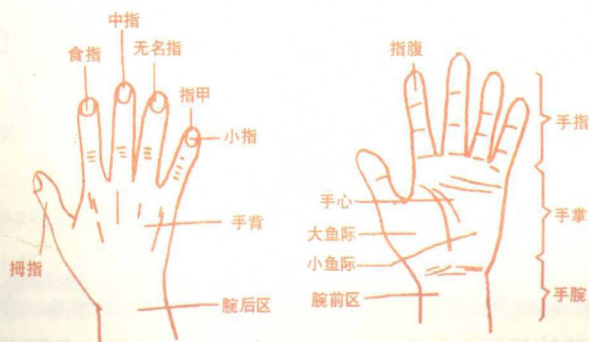
掌纹诊病，顾名思义，就是通过观察手掌的皮肤、纹理、纹路走向及青筋色泽来判断机体健康状况的一种方法。而掌握掌纹的关键就是要从了解“手部的生理知识”入手，即在共性中寻找个性的差异性，进而做到因人因手判断病情。

一、手部的生理形态

观察掌纹，重点就是要知道手部的形态、生理和构造，只有这样才能更有效地识辨手形、纹路、色泽等，进而做到有的放矢地判断疾病，从而为疾病的早发现、早治疗赢得时间。基于它的重要性，下面就为朋友们介绍一下手部的生理构造。

手可分为4个部位，即腕部、手掌、手背和手指。

腕部指胳膊下端跟手掌相连的部分。腕部又分腕前区和腕后区。手指与腕前区之间的部分称为手掌。手掌中央的凹陷处称为掌（手）心，其内外两侧呈鱼腹状的隆起部分分别称为大鱼际和小鱼际。手指与腕后区之间的部分称为手背。



手的生理结构图

手指又分指腹、指尖、指甲。每只手有5个手指，即拇指、食指、中指、无名指、小指，拇指侧为桡侧，小指侧为尺侧。手指的长度，无论男性还是女性，均以中指最长，依次为无名指、食指、小指、拇指。男女指长之间有明显差异，而左

右手之间无显著差异。手指甲是指端背面皮肤所衍生部分，正常人指甲为弧形，略呈平板状。露在外面的部分为甲体，其前缘游离，后端隐蔽在皮内的部分为甲根，甲体下面的皮肤称为甲床，甲体近侧的半月形的白色区为指甲弧影，围绕甲根和甲体的皮肤皱襞，称为甲廓或甲沟。

（二）手掌。

手掌的解剖构造可分浅表层、中层、深层。浅表层包括皮肤、浅筋膜、深筋膜，其中浅筋膜比较致密，深筋膜又分浅深两层。中层由掌浅弓、正中神经、尺神经的浅支、指浅屈肌腱、指深屈肌腱及蚓状肌构成。深层则由尺神经深支、掌深弓、骨间肌及掌骨构成。手掌的间隙是位于手掌中间深部的疏松组织间隙，又分鱼际间隙和掌中间隙。掌中间隙由掌腱膜的桡骨侧缘向深部发出，斜向尺侧附着于第三掌骨前缘。而手掌肌肉由鱼际肌、拇短展肌、拇短屈肌、拇对掌肌、拇收肌、小鱼际肌、掌短肌、小指展肌、小指短屈肌、小指对掌肌、蚓状肌、骨间肌与屈指肌腱构成。

综上所述，人的手掌深层有掌骨，中层有肌肉而表层有皮肤，现在我们就手掌的表皮也称皮肤来重点阐述一下，在手掌的皮肤上布有手纹，这种手纹线长短不一，走向、形态又各不相同。它们可以从不同的角度反映人们的健康状况，所以我们又说手掌是反映人体健康的窗口，通过它可以清晰地观察出人体的内脏情况，人的手掌是由3大主线（生命线、智慧线和感情线）和若干条辅助线构成，下面我们就分别来介绍一下它们的分布走向及生理意义。

1. 生命线

生命线又叫肾线，生命线是手掌上重要的三大主线之一，生命线起始于食指与拇指之间，呈抛物线形，一直延伸至手腕线。

生理意义：主要表示人的精力强弱和个性的缓急；体质是否生大病或发生意外危险；健康状况，即先天遗传素质和后天保养的状况。生命线短，多表示早期生命力旺盛，晚年体弱多病。生命线长则表示一生的生命力比较均匀、稳定。



2. 头脑线

头脑线又叫智慧线，头脑线的起源与生命线一起，抛物线形状走向小鱼际方向，终点基本上到无名指垂直的下方。

生理意义：主要表示一个人的思维能力、记忆能力和适应能力；表明脑神经、血管机能正常运行的调控能力。头脑线长则属于思维能力强，越长越弯则容易思考过度，甚至忧思多虑，出现神经功能症。越弯说明应变能力越强。头脑线短直则属于反应能力强，越短则反应越快，性急，肝火盛，固执，甚至近乎粗鲁。纹直心直，纹弯心弯。

3. 感情线

感情线又叫心线，起点是从小指侧，往上走，呈抛物线状到食指和中指的交界下方。一般头比较粗壮，尾部比较细小。

生理意义：主要反映心血管状态和情志的问题；可以表示一个人的性爱个性；同时也反映人的情绪控制能力，一般纹直的人性格比较直爽，纹弯的人性格比较随和。感情线与生命线一样，如果尾部粗壮的话就会有问题，突然断下来就说明会突然有病的。



4. 事业线

事业线又叫机遇线、命运线，一般是从掌根往上升向手指方向，有些走到中指，有些走到无名指，没有标准的起点和终点。这条线越细越好，越粗就越麻烦。

生理意义：主要表示一个人适应能力的强弱，能不能适应外界的环境。事业线越长越深延伸到中指就说明事业心越重，事业心越重，健康状况就越不好，比较劳心、伤神，中晚年容易发生心脑血管方面的疾病。



5. 健康线

健康线一般是指从腕横纹中间向小指方向走的一条线。如果手掌出现健康线，说明这个人 unhealthy。

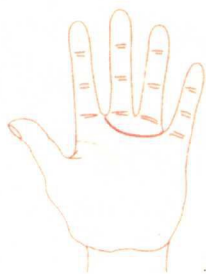
生理意义：主要表示身体有慢性消耗性疾病，尤其是呼吸系统和消化系统的问题。健康线弯弯曲曲地延伸向小指，多表示肝肾功能亏损；健康线断断续续地延伸向小指，多表示脾胃方面的疾病；健康线链锁状延伸向小指，多表示肺功能亏损，容易发生呼吸系统疾病。



6. 金星线

金星线又叫肝线，就是指感情线上无名指和食指之间的一条横纹线。

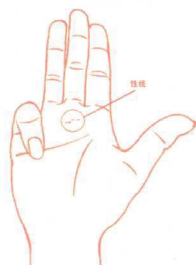
生理意义：主要表示情绪不容易稳定，反映肝火比较旺盛，性格比较直，表示肝脏对酒精的解毒能力差。



7. 性线

性线是指在感情线和小指之间的两三条横纹线。它主要反映泌尿系统的状况。这条线以深刻、清晰、颜色淡红者为最好。

生理意义：主要反映生殖功能的强弱，一般粗长为壮，细小为弱；只有一条或没有的人，女性多为子宫发育不良、性冷淡。男性多见少精症、阳痿症等；性线过长指向无名指或感情线，表示容易发生肾炎、前列腺炎、妇科病。



8. 副生命线

副生命线在生命线靠拇指侧，比较细。因为它在生命线的旁边，所以叫做副生命线。

生理意义：这与身体保养的人有很大关系。长期注重保养的人往往产生此线，身体调节性强，具有患病后很快恢复的能力。



9. 生殖线

生殖线就是四指掌屈褶纹起端呈根须状纹。

生理意义：它表示生殖功能之旺盛。



10. 婚姻线

婚姻线在小指的掌旁，介于小指与感情线之间，有的人只有一条，有的则会有数条纹线。

生理意义：婚姻线的数目并不重要，总会有一条较深的纹。如果有两条一样深，则表示容易陷入三角纠纷。若婚姻纹超过六条，而且找不出主线，则表示婚姻关系较乱。



(三) 手背。

手背皮肤较薄，有毛和皮脂腺，富有弹性。因与浅筋膜结合疏松，故易移动。握拳时皮肤紧张，伸指时也不显得过于松弛，因此外伤易导致皮肤撕脱。手背浅静脉丰富。手的血液回流，以手背静脉为主。手背深筋膜，可分为深浅两层。手背部动脉供应主要来自桡动脉的分支。

(四) 手指。

手指的解剖也分为浅层和深层。浅层包括皮肤、浅筋膜、血管和神经。深层包括指浅屈肌腱、深层肌腱、指腱鞘和指伸肌腱。各手指均有两条指掌侧固有动脉和两条指背动脉，并分别与同名神经伴行。指掌侧固有动脉行于各指的两侧面偏掌侧，在指端相吻合，分支分布于指骨、指关节、肌腱和皮肤。指背动脉较短小，仅达近侧指关节，行于各指两侧面偏背侧。手指的静脉主要位于手指背侧。浅淋巴管与指腱鞘、指骨骨膜的淋巴管相交通。

二、手部的生理解剖

手是手诊的母本，是人整体状态及病变在手部位全息反映的“全息胚”。只有了解手的骨骼、肌肉、血管、脂肪、神经等的分布情况，才能有助于发现研究并掌握手部皮肤纹理、色泽、形态方面的特点，为手部诊病打下基础。

手是生物全息理论中的一个完整“全息胚”，从臂部腕关节到手指顶端的部分，属于手部。

(一) 手部骨骼。

手部骨骼由27块骨组成。手基底部分列两排的8块小骨叫做腕骨；腕骨前面是5块掌骨；掌骨前面是14块指骨，其中拇指2块，其他4指各3块。



手部生理解剖图

（二）手部肌肉

手部肌肉分为3群：外侧群、内侧群和中间群。共19块（条）。外侧群位于拇指侧，形成拇指侧隆起，称为“大鱼际”；内侧群位于小指侧。形成手掌小指侧隆起，称为“小鱼际”；中间群位于手掌中心。以上是关于手的内部肌肉，还有来自前臂，止于掌骨或指骨的肌肉20余块，属于手的外部肌肉。手的肌肉组成比全身任何部位都要多、要复杂，正因为如此，手才能做各种精细的运动。

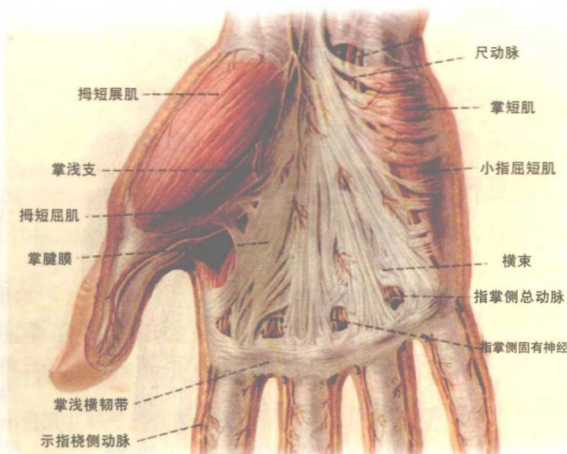
（三）手部血液循环

手的血液循环十分旺盛，构成手部血液循环的主要血管是桡动脉和尺动脉。当桡动脉和尺动脉行走到手掌部位后，分别形成了掌浅支和掌深支，每支又分出许许多多的细小分支，遍布整个手指和手掌，动脉末梢与静脉末梢吻合，手部静脉血通过桡静脉和尺静脉回流到静脉系统，保持着手部血液的正常循环。由于手部毛细血管分布极为丰富，血液循环旺盛，所以人体许多全身性的生理、病理现象都会在手部显现，并可观察出来。

（四）手部神经

手部神经主要有正中神经、尺神经和桡神经。正中神经是前臂的前肌群和大鱼际的主要运动神经，是手的主要运动神经，也是手掌表面的主要感觉神经。正中神经受损后，运动障碍表现为：前臂不能旋前，屈腕及外展力弱，拇指、食指和中指不能弯曲，拇指不能对掌。因鱼际萎缩造成平坦形手掌，称为“猿手”“爪形手”。

尺神经走到腕部时，在腕骨外侧经腕横切带的浅面和掌腱膜进入手掌，它是手肌和前臂尺侧手屈肌的主要运动神经，也是手尺侧皮肤的感觉神经。尺神经受损后的表现为：屈腕力减弱，无名指和小指末节不能屈，拇指不能收，指的内收与外展功能丧失，小鱼际和小指感觉功能丧失，因小鱼际萎缩平坦，称为“爪形手”。



手掌皮下血液循环图