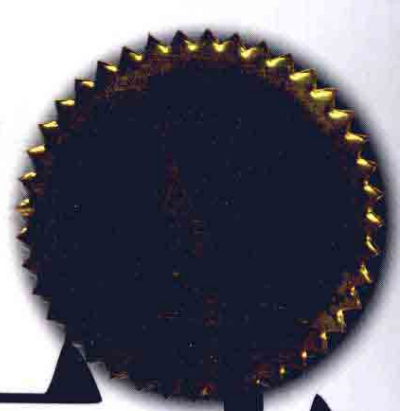


中国人百试百灵的**养生祛病秘法**



图解

穴位按摩治百病

从头到脚经络穴位按摩速查大全集

- ▶ 从头到脚用穴位，手到病除不求医
- ▶ 通经络、顺气血，痛则不通、通则不痛
- ▶ 140个特效穴位，47种常见疾病，看图按摩、易查易用

2010年最新版

+ 一个特效穴、两幅示意图、三秒钟掌握取穴按摩

形象的插图文字，让你在三秒内找到正确的穴位，同时掌握穴位按摩的方法和技巧，简单易行，速见成效，省去了去高额的医药费，真正体验穴位带给自己的便利和实惠。

+ 小病不吃药、大病不开刀 一穴多用，全身健康

想要拥有健康并不难，穴位就是藏在身体中的特效药，从穴位按摩开始，疏通每一条经络，所有的疾病都会离你而去，让你从此远离“是药三分毒”的危害。

特别收录

- ▶ 极泉穴：心脏病的克星穴，效果堪比救心丸
- ▶ 大包穴：肺癌患者的救星穴，治疗癌症不开刀
- ▶ 列缺穴：人体天然戒烟穴，一点就能戒烟瘾
- ▶ 水沟穴：紧要关头的救命穴，昏迷休克就按它



黄中全◎著

北方联合出版传媒(集团)股份有限公司

万卷出版公司

按摩(膝眼)

阳陵泉



養生堂 10

中国人百试百灵的养生祛病秘法

图 从头到脚经络穴位按摩速查手册
解 **穴位按摩治百病**

万卷出版公司

© 黄中全 2010

图书在版编目(CIP)数据

图解从头到脚经络穴位速效按摩速查大全集 / 黄中全著.
—沈阳:万卷出版公司, 2010.4

ISBN 978-7-5470-0829-4

I. ①图… II. ①黄… III. ①经络-穴位按压疗法-
图解 IV. ①R244.1-64

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 052189 号

出版发行:北方联合出版传媒(集团)股份有限公司

万卷出版公司

(地址:辽宁省沈阳市和平区十一纬路 29 号 邮编:110003)

印刷者:北京市兆成印刷有限责任公司

经销者:全国新华书店

开本:1020mm×1200mm 1/10

字数:230千字

印张:39

出版时间:2010年5月第1版

印刷时间:2010年5月第1次印刷

责任编辑:赵天铭

装帧设计:紫图装帧

书号:ISBN 978-7-5470-0829-4

定价:29.80元

联系电话:024-23284090

邮购热线:024-23284050/23284627

传真:024-23284448

E-mail: vpc_tougao@163.com

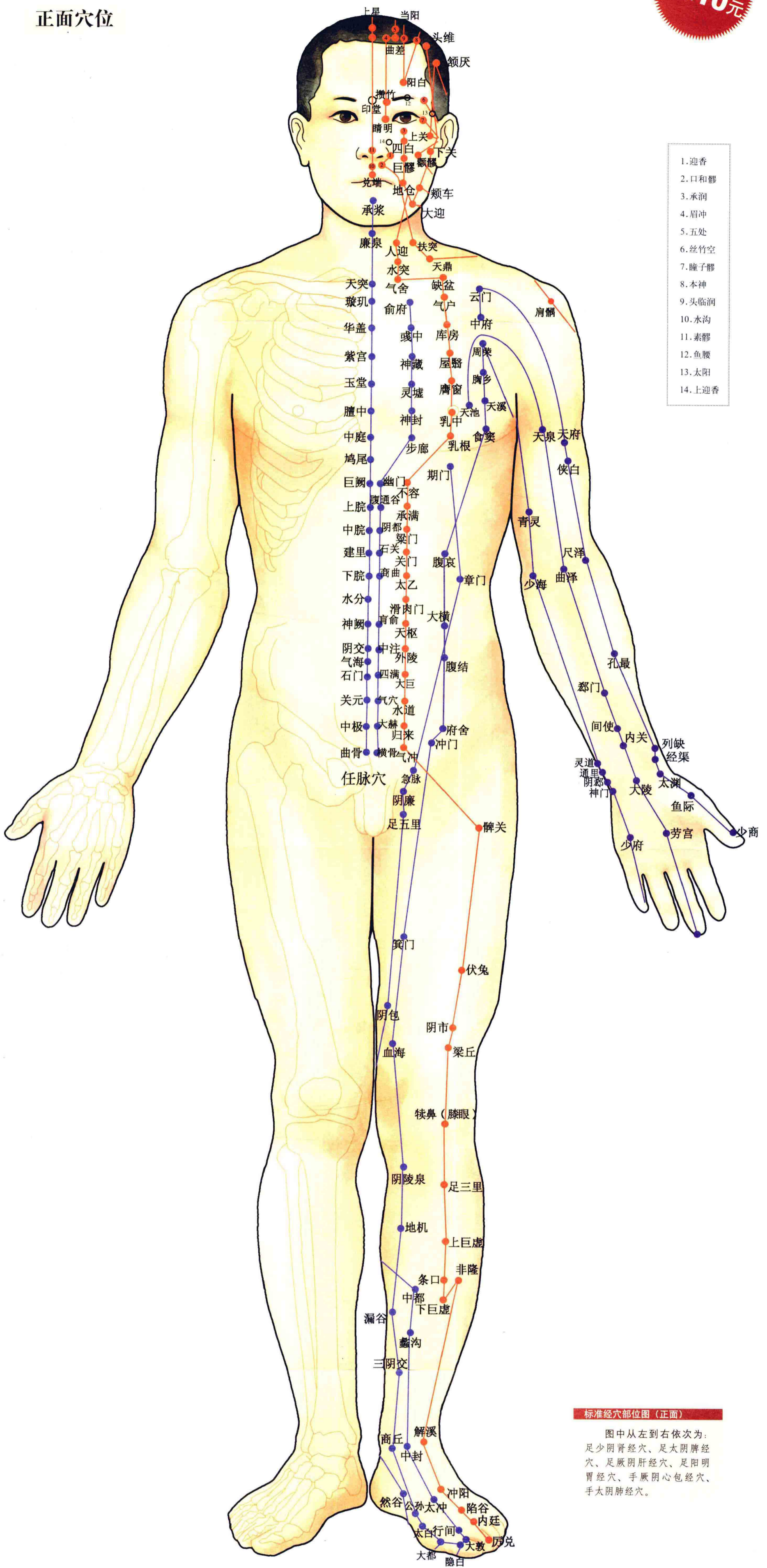
网址: http:// www.chinavpc.com

国际标准经络穴位图

经络内连脏腑，外连肢节，具有流通气血、营养全身、调节机体功能的作用。穴位则是代表与经络脏腑相连通的感应点，气血流注的地方，也是针灸或其他新医疗法施术的部位。一般认为，人体有12条经络，而针灸典籍中记录的人体穴位至少有2万个，但实际上，如果要找全画全，至少有10万多个穴位，至少能治上万种病。下面两图就分别展示了人体正面和背面各6条经络，其中标注的是常用的治病穴位。

超值
价值10元

正面穴位



1. 迎香
2. 口和髎
3. 承润
4. 眉冲
5. 五处
6. 丝竹空
7. 瞳子髎
8. 本神
9. 头临泣
10. 水沟
11. 素髎
12. 鱼腰
13. 太阳
14. 上迎香

标准经穴部位图(正面)

图中从左到右依次为：
足少阴肾经穴、足太阴脾经穴、足厥阴肝经穴、足阳明胃经穴、手厥阴心包经穴、手太阴肺经穴。



聚泉
位于口腔内，舌背正中缝的中点处。此穴位可清散风热，祛邪开窍。主治舌肌麻痹、味觉减退、支气管哮喘。



龈交
位于唇内上齿龈与唇系带连接处。有宁神镇痉、清热消肿、开窍明目的功效。主治口歪、口臭、小儿面部湿疹、疮病、心绞痛，以及其他各种疼痛。



涌泉
位于足底，在足心前三分之一的凹陷中。是人体长寿大穴，经常按摩，可使肾精充足，耳聪目明，精力充沛，性功能强盛。

独阴
在足第二趾的跖侧远侧趾间关节的中点。可调理冲任。主治月经不调、心绞痛、胃痛、呕吐等。





養生堂 10

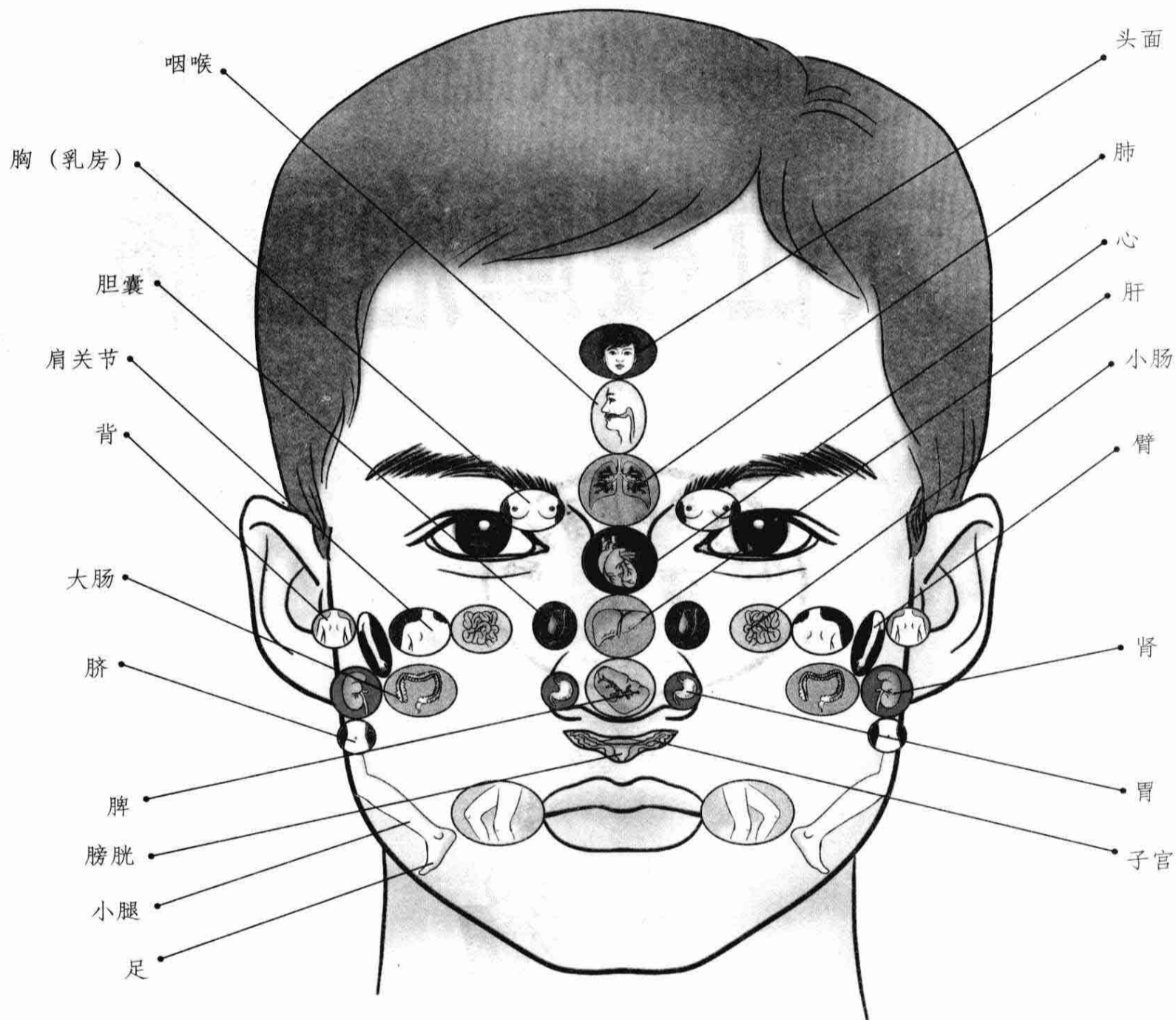
中国人百试百灵的养生祛病秘法

图解 从头到脚经络穴位按摩速查手册
穴位按摩治百病

万卷出版公司

面部反射区

在我们身体当中，最爱说话提醒生病的部位就是头面，最方便观察内在疾病变化的也是头面。头面部是脏腑气血的外荣，又是经脉的聚集之处，是望诊最适当的部位。



面部与人体部位和疾病对照图

头面：额正中点。主治：头面病、脑病。

咽喉：头面与肺联机的中点。主治：咽喉炎、梅核气等。

肺：两眉端联机的中点。主治：咳嗽、哮喘等呼吸系统疾病。

心：位于鼻梁骨的最低处。主治：心悸、失眠等。

肝：心区与脾区联机的中点。主治：肝病及两肋疼痛。

胆囊：在肝区两旁。主治：胆囊炎、胆石症等。

脾：位于鼻尖。主治：食欲不振、腹胀、消化不良等。

胃：位于脾两侧，鼻翼的中央偏上方。主治：胃痛、呕吐。

膀胱：相当于水沟穴的位置。主治：腰酸背痛。

子宫：与膀胱区重叠。主治：痛经、阴部痛。

大肠：目外眦直下，颧骨下缘。主治：便秘、腹痛、泄泻等。

小肠：在颧骨的内侧，与肝区、胆区在同一水平。主治：泄泻。

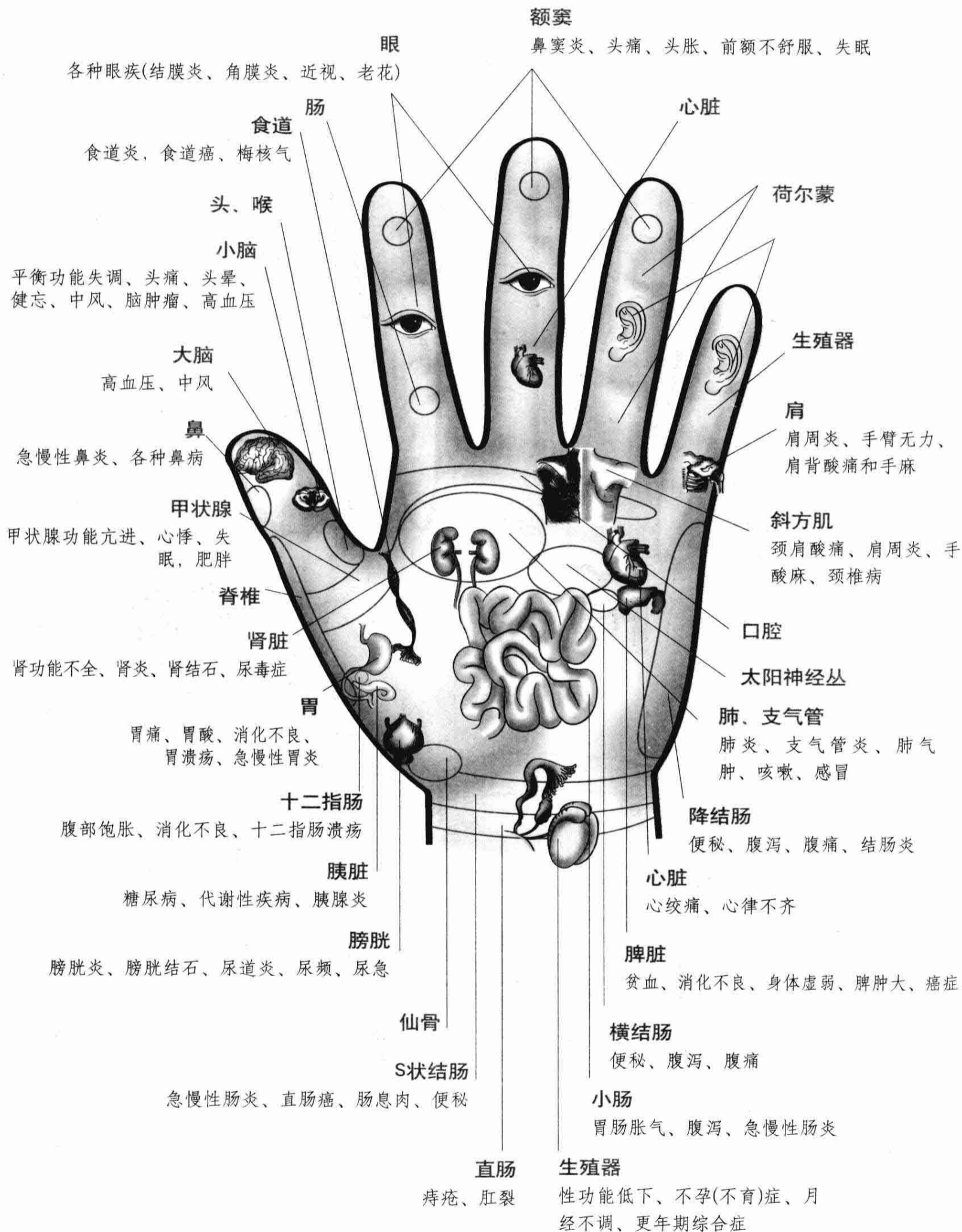
肾：鼻翼水平线与太阳穴的垂直线相交处。主治：遗尿、癃闭等。

脐：肾区稍下方。主治：绕脐腹痛。

胸(乳房)：在目内眦稍上方。主治：胸痛、胸闷、产后乳少等。

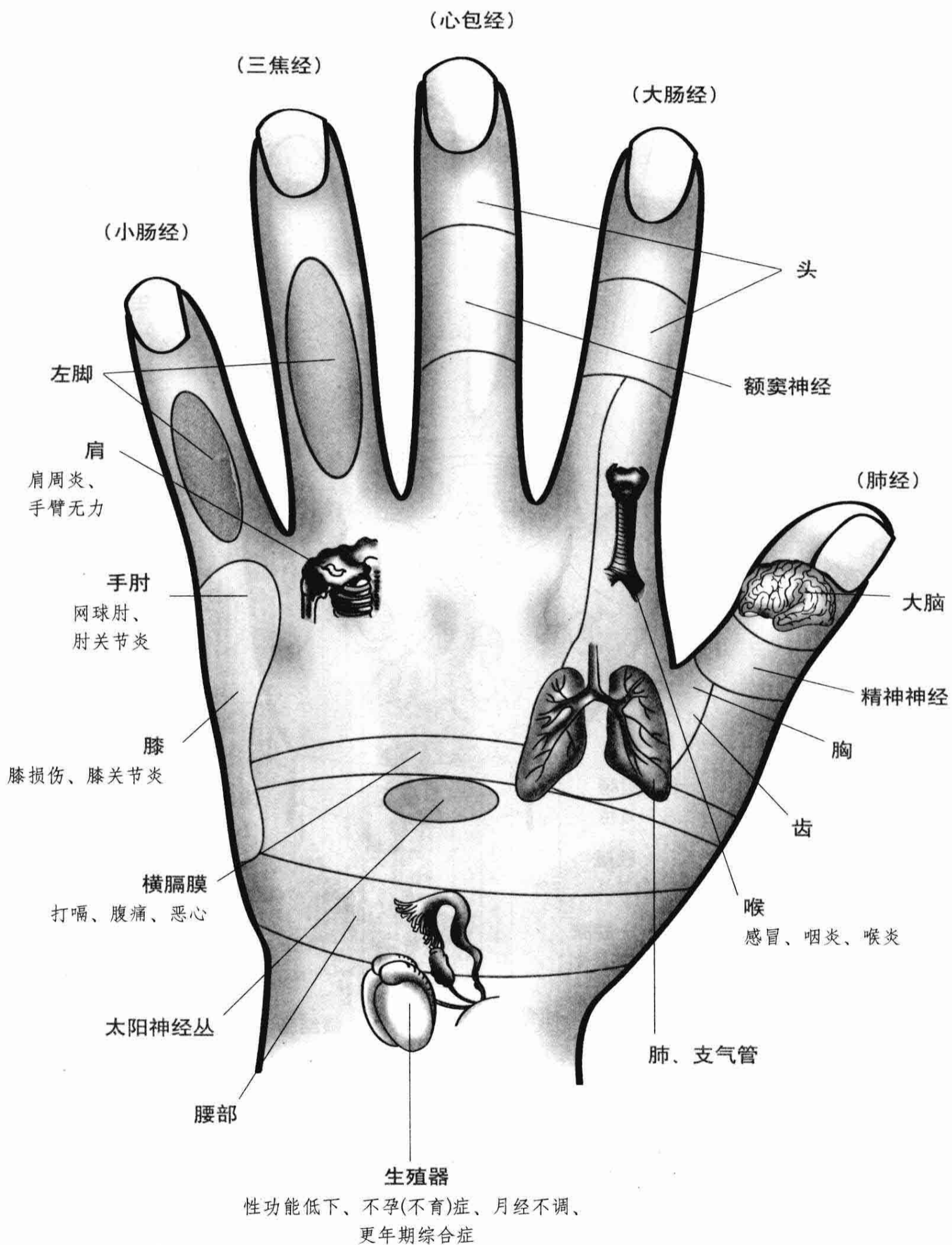
手掌反射区

手掌代表人体正面，各部位与其不同的内脏相对应。掌纹、指纹、指节纹、手掌软硬及手掌颜色等揭示人体健康状况和可能发病的一种信号，也是防患于未然的一种预防手段。



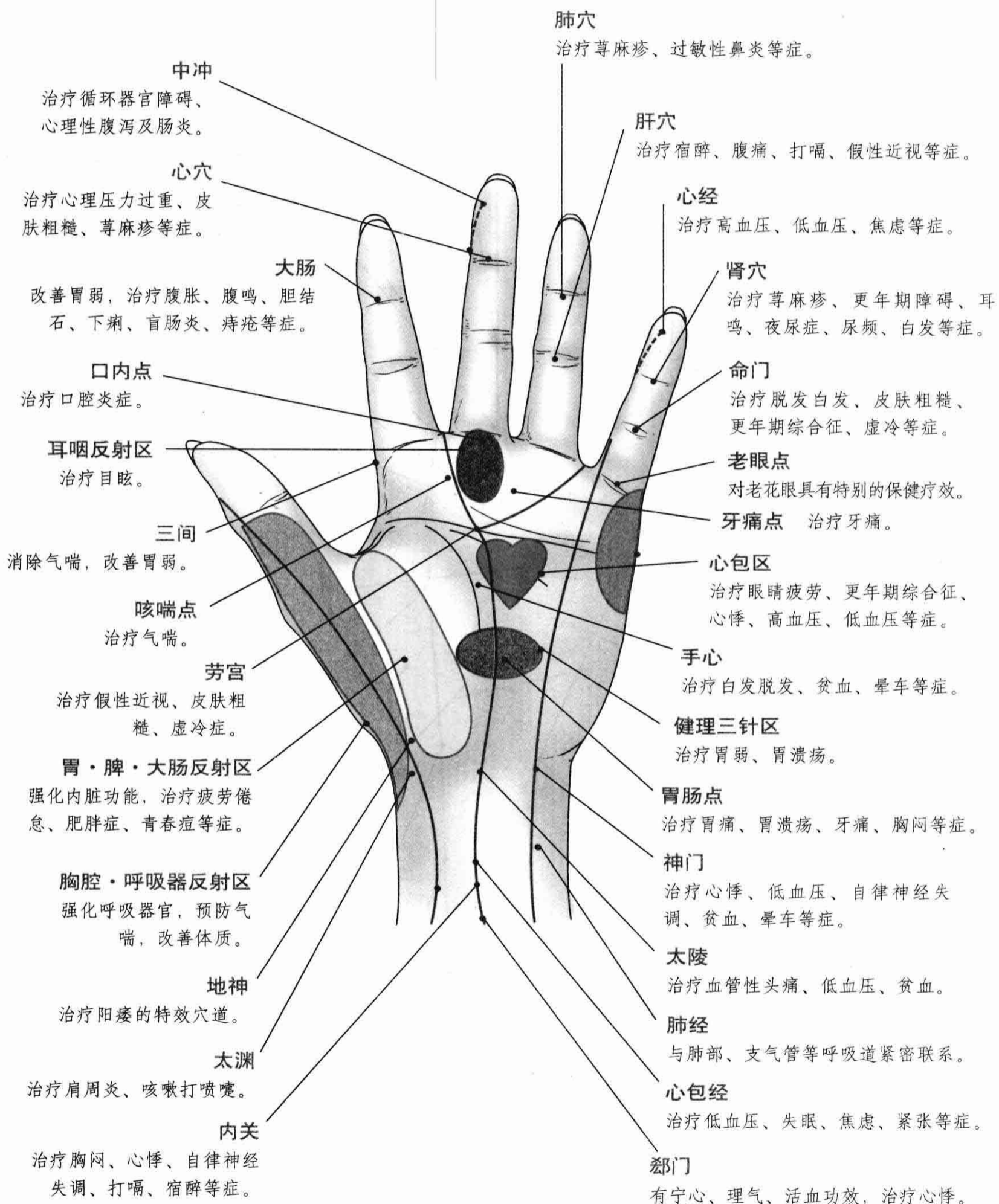
手背反射区

手背代表人体背面。手背诊病是通过手背的异常情况来判断身体健康，它是建立在中医经络学的理论基础之上的，对人的手形、指甲等进行医学诊断的一种学科。



手掌穴位图

经络是人体内气血运行的通道，它们贯穿全身，将人体的脏腑、肢节和肌肉联结成一个有机整体。其中终始于手掌的经络，占据身体八条主脉络的3/8。



手背穴位图

手诊主要是依赖中医经络学和西医解剖学建立起来的，其中手背按摩自疗是以经络穴位为依据。人体的主要经络一共有八条，起始于手背的有两条。

