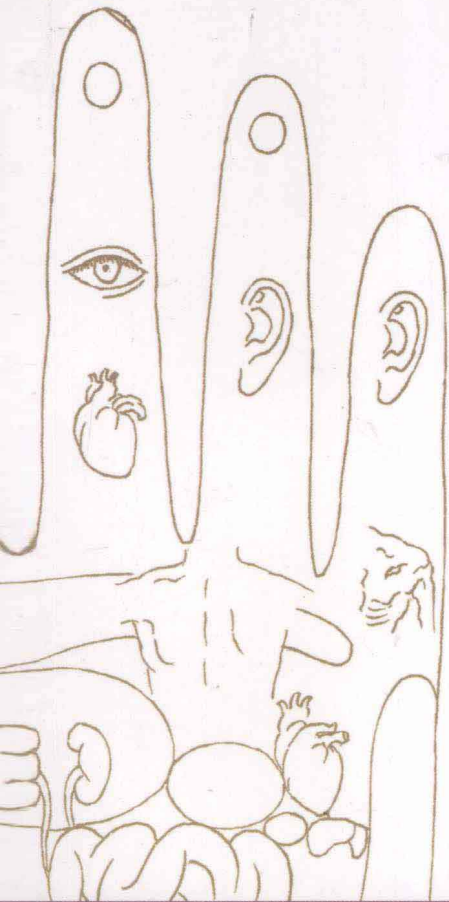


# 掌纹密码

源自《易经》的掌纹健康解码

同类题材日本畅销书



解析掌上密码，把握健康人生  
掌纹中的十四条主线

**掌上识病：从手掌上把握健康**  
指甲上的健康密码

**掌上经络：人体脏腑循行于掌纹的健康章法**  
手掌上的穴位：心、肺、肝、脾、肾

**双慧眼，明察健康隐患**

小，万种健康气象藏

体诊，体诊不如骨诊，骨诊不如手诊

黄明达 李贞则◎主编

黑龙江科学技术出版社

# 掌纹密码

源自《易经》的掌纹健康解码

同类题材日本畅销书

黄明达 李贞则◎主编



---

图书在版编目(CIP)数据

掌纹密码 / 黄明达, 李贞则主编. ——哈尔滨: 黑龙江科学技术出版社, 2011. 6

ISBN 978-7-5388-6697-1

I. ①掌… II. ①黄… ②李… III. ①掌纹一望诊  
(中医) IV. ①R241. 29

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第105453号

---

责任编辑 李欣育 回博

封面设计 颜森设计工作室

## 掌纹密码

ZHANG WEN MI MA

主编 黄明达 李贞则

---

出 版 黑龙江科学技术出版社  
(150010 哈尔滨市道里区友谊路66号)  
电话 (0451) 53642106 传真 53642143(发行部)

印 刷 三河市祥达印装厂

发 行 全国新华书店

开 本 880×1230 1/32

印 张 6.5

字 数 74 000

版 次 2011年7月第1版·2011年7月第1次印刷

书 号 ISBN 978-7-5388-6697-1/R·1805

定 价 25.00元

## 序言

### 解析掌上密码，把握健康人生

中医学认为，人体是一个有机的整体，每一局部都与全身脏腑、经络、气血有密切的关联，而人的手掌上血液循环极为丰富，末梢神经集中，而且有六条经脉运行，与大脑、心脏等内脏器官有密切的关系，各脏腑器官在手上基本都可以找到相对应的部位。人手掌中，细细密密的纹线，纵横交叉，盘根错节，它们遵循着人体健康或不健康之间的变化规律，以掌上纹路、色泽的变化，并通过掌纹上形状、走向、长短、粗细等征象，演示病与不适的当下状态。

我国劳动人民在多年的生活中，总结出一系列的掌上诊病的规律，通过这些规律，人们可以自我预防疾病及判断一些常见病。

例如，在中医中，手掌各个部分代表的器官不同，手掌上中央为脾胃，东方为肝脏，肝脏下面为心脏，南方为头面，西方为肺，北方为肾脏。以手掌的平均色为底色，青色主寒或伤痛或淤滞；红色主内热或瘀血；鲜红色主出血或破伤；紫色主

瘀；黄色主黄疸或久瘀；青暗色主肝郁；褐色主病重或恶性病；黑色主肾病或恶性病。

再比如，手指的穴位可以映射到身体其他器官，拇指左侧为胃，右侧为脾，属土；食指左侧为胆，右侧为肝；中指左侧为小肠，右侧为心脏；无名指左侧为大肠，右侧为肺；小指左侧为膀胱，右侧为肾。

通过掌上纹线来把握健康的方法较为独特，诊断效果准确快捷，具有很强的生活实用性，已成为很多人关注健康状况的一个途径。作者以深蕴的中医学知识及多年临床经验，本着科学性、实用性和趣味性的原则，解析自我诊断健康的密码。

本书的特色在于：

**掌纹说话：**认识掌纹，并清楚掌纹的生成和变化，以此了解自己的身体健康状况。除此之外，根据掌纹的变化，调节自我的生活习惯。

**掌上全息：**掌上的全息穴位比自然世界还要复杂和丰富，本书主要集中对人体主要脏腑、经络与掌纹的手掌穴位对应，并根据掌纹寻求健康应对方法。这部分不仅给读者提供了详细的生活养生解说，而且结合手掌与全身健康经脉之间的联系，呈现全身脏腑经脉在掌上、掌纹中的健康规律，并提供了具体的应对方法和按摩技巧。

掌纹与病：主要探讨生活常见病形成过程中反映在掌上的迹象，为读者提供生活中可简便操作的疗法。

在此，有必要对朋友说这样几句，我们运用掌纹中的养生理论，对症我们的身体现象，达到知晓健康的心情是可以理解的，但不可走极端。通过掌纹来判断健康有它的实用价值，但它并非万能，自诊出的结果只能作为判断健康和诊病的辅助手段，要想准确判断自身的健康和病理情况，还仍然需要借助正规的医疗检测及相应的治疗手段。

愿朋友们在正确对待掌纹诊病的健康关注中，在更多的身体健康“语言”指示中，领悟并得到一种利于自己身体健康的理念。



# 目录

## CONTENTS

### **第一章 掌纹说话：打开我们健康的说明书**

认识掌纹	2
婴儿期掌纹	7
青少年时期掌纹	10
中年时期掌纹	13
老年期掌纹	15
掌纹版图上的三大主线	17
指纹望诊	21
掌纹中的病根	25
掌纹中的十四条主线	30

### **第二章 掌上识病：从手掌上把握健康**

手诊的历史	42
掌上八卦与健康	45
望掌形	51
望掌上气色	54
掌纹中的病	61

手指的纹理与疾病	64
指甲上的健康密码	71

### **第三章 掌上经络：人体脏腑循行于掌纹的健康章法**

手掌上的穴位	80
手掌上的心	84
手掌上的肺	91
手掌上的肝	94
手掌上的脾	101
手掌上的肾	105
手掌上的其他脏腑部位	114

### **第四章 掌纹观病：人体气血反馈在手掌上的常见病**

头痛、失眠	122
眩晕症	125
中耳炎、耳鸣症	126
甲状腺疾病	127
淋巴结核及淋巴结炎	128
血压症	129
糖尿病	132
心脏病	134



脑溢血病	140
肠胃疾病	142
腰椎间盘突出	146
泌尿系结石	147
便秘及痔疮	148
女性常见不适	149

## 附录

附录一 手上穴位图	153
附录二 手诊按摩歌诀	157
附录三 手指掌按摩常识	158
附录四 手指掌按摩养生 对症速查使用常识	169

## 第一章 >>

# 掌纹说话：打开我们健康的说明书





## 认识掌纹

掌纹望诊侧重于中医“望、闻、问、切”四诊法中的“望”，即通过观察掌纹的形状，体察脏腑、气血、皮毛、肌肉、五官、筋骨、经络、精气等的变化，从而判断病因、病能、病势、转归、预后等的信息，在中医学中具有相当重要的意义。

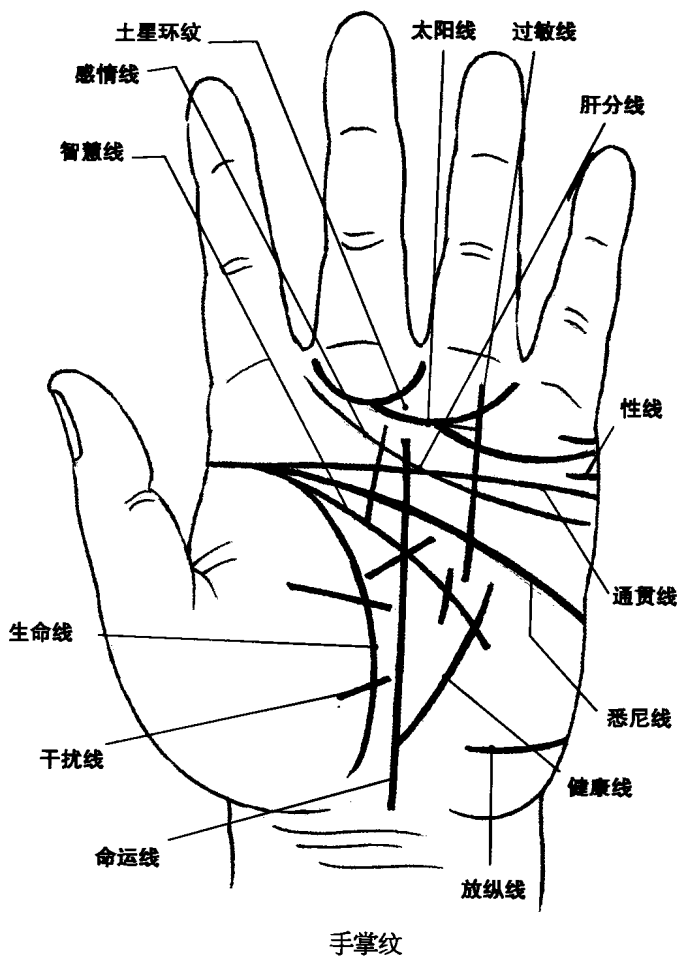
### **掌纹：我们手掌上分布着的健康信息线**

在我们的手掌面皮肤上，分布着许多明显凹陷的纹线，这些纹线是医学概念中的屈褶纹，亦称褶纹。

◆ 屈褶纹生成于人的胚胎早期，第七周成形，第九周完成

屈褶纹发生始于人胚胎早期。胚胎发育的第七周左右，在胎儿手掌上便可看到大鱼际曲线。在第九周左右，近端和远端横褶纹也基本发育完成。屈褶纹通常先出现在手掌桡侧，而后向尺侧延伸。

掌上屈褶纹有不同长度、深度、宽度、方向和形态。屈纹与嵴纹不同，嵴纹终身不变，而屈纹在特定的情况下会随着人体的健康状况与年龄等的变化而变化。



### ◆ 屈褶纹是我们一生的防伪密码

胎儿期手的形态和所形成的屈褶纹，是我们一生的防伪密码，它们关乎人出生后手功能活动的决定因素。手通过拇指竖直褶纹（大鱼际曲线）与近端横褶纹（小鱼际抛物线）和远端横褶纹（小指根下横曲线）组成掌纹中三大屈褶线。

掌屈纹除三大主线外，与之相关的还有中指垂直曲线（即玉柱线）、健康线、障碍线、放纵线、性线、金星线、土星线、指根水平纹、太阳线、灵感线等，这些有的是辅助线，有的是干扰线或破坏线。

### ◆ 嵴纹——不易改变的纹线

**掌嵴纹图形名称：**弓形、簸箕和斗形，嵴纹更包含着相对微观的部分，各区亦有细的花纹图形，其类型与指嵴纹相同，这种掌嵴纹图形花纹不易改变。在掌纹望诊中分析、比较这些花纹，来判断及预防一些常见病。

## **掌纹：体质强弱写在上面**

### ◆ 掌纹线为健康人生的走势图谱

血管神经系统决定着掌指皮纹的形成，由于每个人的健康及其社会环境状况不同，故掌屈纹的形态差异很大。有些纹线只出现于某些人的手掌上，另外一些人则不具备。同一个人在

不同时期，纹线也有不同的表现。

正常的掌褶纹应该是深透明润，色呈淡红。

纹线不清，主线细弱，肉枯如削，筋浮骨露，这多是七情内伤，脏气不适之症候。

## **掌纹：脏腑通过人体循迹于掌上的健康地理**

掌纹由指纹（指嵴纹）、掌花纹（掌嵴纹）、指节纹（俗称三约纹）和掌纹（或称掌屈纹、掌褶纹）组成。各部皮肤花纹的结构形式各不相同。

### **◆ 指嵴纹由弓形纹、箕形纹、斗形纹三大类组成**

**地标点一：**指节褶纹与掌指褶纹系指与指之间、指与掌之间的屈褶纹。此外，指节与指节之间常有纵或横的皱褶纹，指节以下，手掌部分的皮肤花纹称为掌嵴纹，它不同于掌屈褶纹，掌嵴纹的结构形式和指纹不同。

掌屈褶纹的产生常和关节活动相适应。手掌部有三条屈纹，分别适应拇指、食指与其他三个手指的运动。

**地标点二：**掌上大鱼际曲线（又称大鱼际纵褶纹、拇指垂直褶纹）位于大鱼际肌的桡侧，斜向腕横褶纹或腕横韧带的中点，适应拇指单独活动，在拇指对掌时，此褶纹加深，伸直时相对变浅。

**地标点三：**小指根下横曲线（又称远侧横褶纹），从手掌的尺侧缘掌指关节平面斜向第二指间区，适应中指、无名指、小指三个指的屈曲活动，在手指完全屈曲时，这三个手指正对此横褶纹。

**地标点四：**小鱼际抛物线（又称近侧横褶纹），从大鱼际的桡侧掌指关节的平面开始，经掌心延伸向小鱼际区尺侧，主要适应食指的屈曲活动，在食指完全屈曲时，恰好对着此褶纹。

当食指、中指、无名指、小指的掌指关节屈曲时，少数人的远近侧横褶纹连结成一线（即横曲线与抛物线相联，称通贯掌、横掌或猿猴纹）。

还有一些过渡类型，小指根下横曲线是远侧横褶纹，小鱼际抛物线是近侧横褶纹，这远近两线之间有一横纹将两线相连接，称过桥搭渡，形成不典型的通贯掌，又有桥贯掌与叉贯掌的分别。呈现这种掌纹在医学上很有意义，这种连贯越粗深，且双手均出现时，意义越大。



## 婴儿期掌纹

婴儿时期掌纹与婴儿健康有很大关系。

婴幼儿掌纹生命线、智慧线、感情线清晰完整，掌上杂纹少。掌上色泽红润，皮肤细嫩，掌形圆滑，手的关节被丰满的肌肉包裹不突出。

婴幼儿掌纹的健康特征为掌部肌肉丰厚，掌色红润。各指长短符合标准，无名指不超过中指，若超过则表示钙摄入量不足。各指不过分弯曲，而小指若出现扭“8”字状，是先天肾气不足的表现。

### ◆ 婴儿掌纹中的智慧线

正常的智慧线呈抛物线状，位于手掌中央。起于拇指和食指指根连线的中部，向小鱼际抛行，止于无名指中线。

### ◆ 婴儿掌纹中双手智慧线平直，多表示急躁

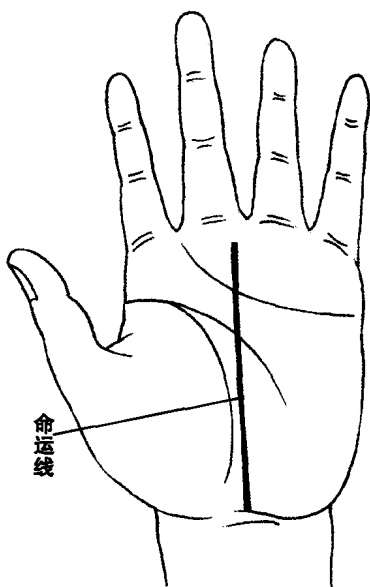
一般双手智慧线平直多表示婴儿会大哭大闹，而且哭闹的时间较长。



## 婴儿掌纹中的生命线

正常的生命线包绕整个拇指球，形成独特的区域，它起于拇指和食指指根连线的中部，向腕横纹抛行。此线可提示人的体质、精力、健康状况及疾病的情况。

婴儿的生命线应该是深长、完整、光滑、没有杂纹的。但如果婴儿的生命线出现了断续、弯曲迹象，预示着婴儿的生命力不是很强。



手掌上的命运线

## 婴儿掌纹中出现肝分线

肝分线是一条起于感情线下方，向上弯曲又穿过感情线的纹线。

婴儿掌上的肝分线纹多是孕中的妈妈曾服用过一些药物或饮食中不慎吃过对胎儿发育有影响的食物，如农药含量过高的蔬菜、用催长剂喂养的鱼类、用催熟剂促长的水果等，导致婴