



图解掌纹

健康密码

告诉你藏在手里的养生秘诀

《国医绝学健康馆》
编委会◎编

◆Part 01◆ 掌纹解码

- 4 掌纹对健康的实际意义
- 5 掌纹形成的原因
- 6 病理掌纹形成的原因
- 9 掌纹与现代医学的结合
- 11 掌纹诊病的主要方法
- 13 掌纹与运势之间的关系

◆Part 02◆ 14条掌纹线传递疾病信号

- 14 1线〔感情线〕
“情感”“消化”“呼吸”
三合一的告白
- 16 2线〔智慧线〕
心、脑、神经系统健康的主导者
- 18 3线〔生命线〕
检验生命的盛衰
- 20 4线〔健康线〕
预示抵抗力强弱
- 21 5线〔玉柱线〕
气血通畅与否的标杆
- 23 6线〔干扰线〕
反映近期身体健康状况
- 24 7线〔太阳线〕
标示血压动态
- 26 8线〔远航线〕
提示日常生活不规律
- 27 9线〔过敏线〕
过敏体质的昭示
- 28 10线〔土星线〕
反映精神状况
- 29 11线〔性线〕
透析生殖、泌尿系统

- 30 12线〔酒线〕
反映肝脏解毒能力的强弱
- 31 13线〔悉尼线〕
提示肿瘤隐患
- 32 14线〔通贯线〕
反映遗传倾向

◆Part 03◆ 17种病理符号的健康警示

- 34 “十”字状符号
疾病即将开始
- 36 “井”字状符号
存在慢性疾病
- 38 “米”字状符号
脏器出现气滞血淤
- 40 “田”字状符号
内分泌和泌尿生殖系统发生病变
- 41 “☆”状符号
急性病即将发作的征兆
- 42 岛状符号
预示心脑血管系统发生病变
- 45 “△”形符号
传递脑血管病变的信息
- 47 四角形符号
说明病情稳定或曾手术过
- 49 斜桥状符号
昭示心脏功能异常
- 49 羽状符号
便秘、心脏功能弱的表现
- 50 毛刷状符号
心脏功能不好，呼吸系统有病
- 51 “○”形符号
提示慢性病

- 52 斑点状符号
提示有肿瘤
- 52 锁链状符号
呼吸和心脏功能弱
- 53 绳状符号
体质不佳的表现
- 54 权丫形符号
情绪易激动
- 54 断裂纹
某种疾病即将发生

◆Part 04◆ 观掌纹预测你的疾病

- 56 白血病
- 57 高血压
- 58 低血压
- 59 心肌梗死
- 60 急性脑血管病
- 60 脑溢血
- 61 先天性心脏病
- 61 心绞痛
- 62 肺炎球菌性肺炎
- 63 风湿性心脏病
- 64 慢性肺源性心脏病
- 64 肺癌
- 65 慢性支气管炎
- 66 支气管哮喘
- 67 流行性感冒
- 67 咽炎
- 68 喉炎
- 69 肺气肿
- 70 过敏性鼻炎
- 70 病毒性肝炎
- 71 肝硬化
- 72 胆石症

- 73 胆囊炎
- 74 腹泻
- 74 胃溃疡
- 75 十二指肠溃疡
- 76 肠炎
- 77 慢性浅表性胃炎
- 77 慢性萎缩性胃炎
- 78 脂肪肝
- 79 胃下垂
- 80 便秘
- 81 痔疮
- 81 头痛
- 83 失眠
- 83 躁郁症
- 84 脑神经损伤
- 85 神经痛
- 86 癫痫
- 86 神经官能症
- 88 甲状腺功能亢进症
- 88 更年期综合征
- 89 糖尿病
- 90 乳腺癌
- 90 乳腺增生
- 91 月经不调
- 91 尿路感染
- 92 带下病
- 93 卵巢囊肿
- 93 泌尿系结石
- 94 男性功能障碍

附录

- 95 手掌八卦对应区域

掌纹 解码

掌纹对健康的 实际意义

如果你伸出双手，掌心向上，那么你会看到什么呢？那一定会有手纹。一般人掌心里都会有三至四条掌纹，它是我们与生俱来的产物，但是人的左右手的掌纹一样吗？人为什么会有掌纹？掌纹预示着什么？掌纹和人的命运有关吗？本书将对这些问题进行详细讲述。

中医学对掌纹的认识

中医学认为，人体是一个有机整体，全息医学理论认为，手掌的不同部位分别对应着人体的五脏六腑等身体部位，可以反映出身体的变化。例如，肝病患者会有“肝掌”出现，就是肝脏病灶在手掌的反映；反之，可以通过掌纹的异常变化来诊断疾病。手诊全息医学就是在综合掌纹信息的基础上，通过全面比较来破译疾病密码，以达到准确诊断疾病的目的。

现代医家学者对掌纹的认识

手诊作为一种直观、便捷的诊断方式，逐渐受到人们的重视。据冯学敏《人体密码》一书介绍：“掌纹至少可以辨认出132种疾病，可以发现早期癌病，可以精确到把胃炎区分为好几级。”1992年，英国皇家医学杂志也载文介绍：“从手纹上可以



判断生命的长短和疾病，手诊具有 X 光机或 B 超的作用。”医学家们认为“通贯手”与先天愚型疾病有关。

掌纹变化对健康的影响

如果你的手掌上有明显的“肝分线”，提示你有肝损害；过敏纹（9 线）深长，提示你的肝脏免疫功能比较差，而且不能分解酒精的毒素，因而有这类掌纹线者最好不要饮酒；左手上“悉尼线”者，提示你的家族有肿瘤史；震位有“十”字状纹，提示长期脾胃消化吸收功能差，有慢性胃炎等。

下面让我们通过具体的分析来了解我们的掌纹，一起探索我们手掌心上纹路的奥秘吧。

掌纹

形成的原因

掌纹始于胚胎发育期

掌纹是在胚胎发育中形成的，研究发现，三个月时胎儿就已经形成了掌纹。可见，掌纹的生成与胚胎的发育有关。

与肌肤纹理有关

人体的皮肤纹理在胚胎第 13 周开始发育，大约在 19 周形成。在此期间，皮肤的真皮乳头会向表皮突出，从而形成无数排列较整齐的乳头线（也称脊纹），并在乳头线之间形成许多凹陷的沟，而皮肤的纹理正是由这些脊和沟构成的，同样手部的纹理也是这样产生的，即为指纹和掌纹。



与胎儿姿势有关

胚胎期纹理的形成，还与胎儿在母体内的姿势有关。多数胎儿在子宫内双手呈紧握拳状，这一姿势可以持续到出生后一段时间，手的握姿及所形成的压力使得掌纹的三条主线变得深而长；若是胎儿五指分开成掌状，则会使三条主线变得纹路浅或呈断续状。因此，人的三条主线长短、弧度、纹理的分支形状在血缘关系相近的人手上，都表现出相似性，甚至如出一辙。

出生后就受外界因素影响

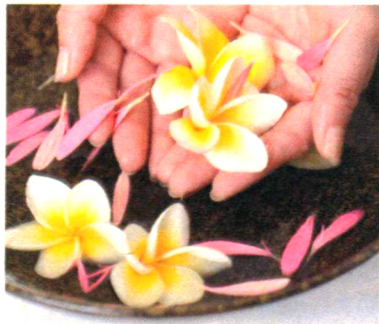
人出生以后，掌纹会随着疾病、饮食、情绪、环境等的影响而不断发生变化。现代医学研究发现，掌纹的变化与疾病有着密切的内在关系。比如失眠患者掌纹会出现2线过长的情况，而这多属于长期神经衰弱所引起的失眠。

细小纹路多是后天因素所致

掌部细小纹的生成与后天的生存环境、手掌的活动量、疾病的发生和发展有着密切的关系。经常握笔的人，多可使感情线和命运线变得深而长；手部活动量大的人，肌肉发达，从而大小鱼际隆起，导致感情线、生命线深而长，脑线则相对短平。

病理掌纹形成的原因

病理掌纹的出现原因比较复杂，不仅具有先天遗传因素，后天的不良生活习惯也会给病理掌纹带来影响。





病理纹的遗传因素

研究发现，某些遗传性疾病患者的病理掌纹，可以在直系亲属的人手上同时出现。例如，糖尿病是一种遗传疾病，在糖尿病患者家族中，可以在不同辈分者的手上见到相似的病理纹，而无论是隐性遗传还是显性遗传，掌纹均有一定的隔代遗传现象，在祖孙之间，常可见相似的胆囊炎、肿瘤等病理纹。这种隔代病理纹遗传极具探讨研究价值。同时这些研究结果也表明掌纹的形成和疾病遗传有关。

身体疾病在掌纹上会有所反映

掌纹的生成与疾病的发生和发展有着密切的关系，这是因为人体是一个有机整体，脏腑组织发出的疾病信号会在掌部相应区显示，如真皮下的血管因压力、血流速度发生改变，便会在掌部形成相应的表征，如果相应部位血供不足，则会在掌部形成缺血区；反之，某些部位的血管则会过度充盈。这种缺血和充盈导致局部细胞的血压异常改变，血压的改变，使长时间缺血的细胞形成萎缩、塌陷，表皮形成沟状；而长时间充盈的血管又使局部细胞增生，隆起形成了脊状，这种改变大约经过数月或数年便会在掌丘处形成红润、丰满、塌陷、黄白及固定的纹线，即病理纹。

脏腑组织的病变可以反映在相应的手部组织上

许多疾病可以使某些病理掌纹出现，而合理治疗后经过一段时间，某些病理掌纹又会消失或变浅。如没有患过心脏病的人，相对应的手区则无异常纹理，而患了心脏病的人，相对应的手区就会出现“米”或“井”状掌纹；某些脏器手术后，相对应的手区可出现“×”状纹或“田”状纹，手术后多年，这些纹理会变得紊乱，而形成“米”状纹或“×”状纹被“口”状纹框在其内的纹理。

一般病理纹的出现，要早于疾病症状的出现。例如，手上出现“十”字纹，表示体内有了炎症，如果发展成“井”字纹，有些人会感到不适或疼痛，即便是掌上出现“井”字纹，身体的不适症状仍引不起大多数人的重视，好多人只有症状严重了，影响工作和生活了才会去就医，而这时的掌纹早已形成了“米”字纹。

掌纹能反映神经传导、血液循环状况

手掌是末梢神经的集中区，手上的神经反应可直接传达到大脑，大脑的指令也可以直接迅速地传达到手上。尤其是手掌皮肤的敏感度极高，它对冷热软硬、干湿涩滑的感觉比任何部位都细微，这种丰富的末梢神经活动对掌纹的生成变化有着不可低估的作用。如果微循环畅通，皮肤得到充分的濡养，掌纹就会显示出协调均匀的色泽。如果微循环受阻，局部濡养失调，掌面就会萎缩，局部就会塌陷。当细胞分解和代谢受到影响，手部就会出现局部的隆起和塌陷，掌纹就会生成或消退。

生活不规律对掌纹也有影响

饮食不节、过饱过饥，对掌纹也有一定的影响，因为这种不良的饮食习惯很可能会导致消化系统疾病，从而引起体内脂肪代谢失调，反映到手上的相对区域就会形成隆起或塌陷，产生纹理紊乱；呼吸功能紊乱，可以造成人体内酸碱平衡失调，微循环中二氧化碳过高，多余的脂肪颗粒就会被送到手掌上堆积成丘形掌纹；气血亏损者，可以使掌纹变浅、苍白，多提示患有贫血症、失血症。



由此可见，掌纹不仅是人体信息交换的记录，它还是疾病过程的反映。



掌纹与现代医学的结合

掌纹与健康密切相关，从掌纹的变化中能预测和诊断胃炎、结石、中风、糖尿病、高血压、冠心病等内科、外科、妇科、儿科、男科的主要常见疾病。

掌纹对现代医学具有重要的诊断参考意义

在掌纹诊断方面，一是早期诊断，通过观察手掌掌纹与色泽的变化能预测癌症发病的时间及部位，在家族中有癌症患者的人手上，尤其具有重要参考意义；二是早期发现疾病，从而可以提出合理的预防措施；三是判断是否患有家族遗传疾病，可以通过优生优育来避免不健康的后代出生。

能够帮助治愈疾病

在治疗方面，根据掌纹掌色的异常变化，可以按捏手部相应的穴位来治疗疾病。如根据现代医学的脊髓神经反射理论和中医的经络理论，肝病可以按捏右手拇指的两个关节；耳鸣患者可以按捏双手无名指的三个关节；糖尿病患者可以按捏左手拇指的两个关节等。

对疾病预防具有重要意义

在预防方面，根据掌纹掌色的异常变化，能够为患者的日常生活调理提供参考依据，从而可以做到系统调理、预防心脑血管等疾病的发生。如高血压的病理纹，在青年时期就可以出现，如果积极预防完全可以推迟发病的年龄。癌症早期的病理纹，临床价值更高，只要识别准确，越早发现越好。常见的病理纹与身体疾病对应体现为：急性炎症，呈红色；慢性炎症，呈白色；寒证，呈青色；虚证，呈黄色。

总之，掌纹与现代医学的结合，可以在预防、诊断、治疗、日常调理等多方面提供参考，因而受到人们越来越多的关注。

掌纹诊病自古有之

通过掌纹诊病，在中国有悠久的历史。早在商朝时甲骨文中就有利用掌纹辨病的记载。两千多年前的医学名著《黄帝内经》认为人体局部与整体有辩证统一的关系，《黄帝内经·灵枢》有诊鱼际纹路之法及爪甲诊病法；唐代王超《水镜图诀》中介绍了小儿指纹诊病方法。

掌纹诊病的医学原理

掌纹诊病既有中医的理论根据，又有西医解剖学做验证。中医理论认为人是以五脏为中心，通过经络沟通表里，运行气血的一个有机整体。《黄帝内经》记载：“经络者，所以行气血、决生死、处百病、调虚实。”脏腑通过经络系统和体表建立联系，所以脏腑的功能活动和气血盛衰，可以从皮肤反映出来，这也是《黄帝内经》所说的“有诸内，必形诸外”的意思。“掌中热者腑中热，掌中寒者腑中寒”，根据手心的温度诊断疾病也是中医诊疗的重要方法之一。再者，根据西医的解剖学，掌纹属于“皮纹学”的范畴，德国著名哲学家康德指出，“手是人类外在的头脑”。



中国有句古话叫：“十指连心”，这句话是具有一定的科学依据的，现代医学研究发现，手部丰富的神经是直接和脑相连的，当脏腑发生病变时，就会通过自主神经传达到大脑，经过大脑信息转换，然后发出指令，再通过脑脊髓神经把信息情形

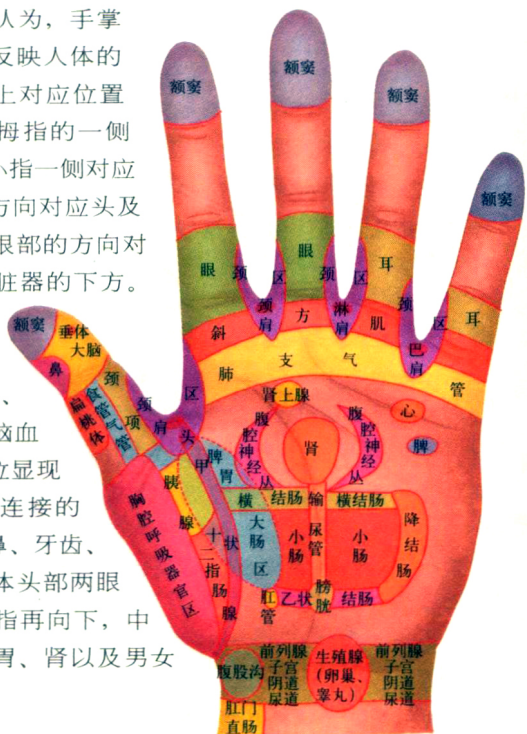
显示到身体包括双手上。比如中风前可以出现手指麻木的预兆；再比如，脑梗阻后，半身不遂之人两手掌浮肿，呈暗红色，双手掌纹路也很快变浅。

掌纹诊病的主要方法

区分手掌对应人体的区域

中医全息理论认为，手掌如耳朵一样，可以反映人体的器官。人体在手掌上对应位置的分布规律是：大拇指的一侧对应身体的左侧，小指一侧对应身体的右侧，中指方向对应头及身体的上部，手掌根部的方向对应身体的下部以及脏器的下方。例如，以中指为起点，中指根节代表头顶部，头晕、头痛、高血压、低血压、脑血管等均会在这个部位显现异常；手掌与手指连接的部位的周围是眼、鼻、牙齿、咽喉等，相当于人体头部两眼至咽喉部位。沿中指再向下，中指平分线附近，是胃、肾以及男女生殖系统。

◎手掌与人体脏腑对应图



观察掌纹色泽变化

疾病发生时或疾病发生前会引起掌纹色泽的变化，一般急性病症相应的掌纹 10 ~ 15 天就会改变，慢性病相应的掌纹 3 个月左右也会发生变化。通过这些变化可以预测发病的部位及时间，尤其是早期癌症患者，能够提前采取预防措施。但在诊断急性病时，常由于颜色变化较为迅速，而掌纹还未生成，因而应以观察掌色为主。另一方面，在判断慢性病急性发作时，也以观察掌纹色泽为主。比如，手掌红色，代表高血压、高血脂、中风等急性病；手掌、指甲均发白，多为贫血；手掌呈青色，为淤血症、肝功能障碍；手掌呈黄色，提示有胃及肝胆方面的疾病；手掌呈褐色或枯色，提示有恶变病信号；手掌色泽光亮似绸缎，则提示有风湿病、关节炎等方面的疾病。

观察掌纹纹理的变化

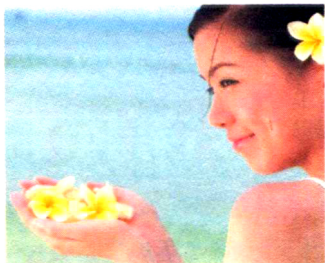
因为掌纹的变化需要较长的时间，因此，慢性病一般以掌纹为主用来诊断。例如，手上胃区出现“十”字纹，表示有胃炎，而发展成“井”字纹，有些人才会感到胃腕部不适或疼痛。

左右手掌纹的对比

民间传说男左女右，即男性看左手的掌纹，女性看右手的掌纹。其实疾病并不是完全按这个规律发生发展的。诊断脾胃病以左手掌纹为主，诊断肝胆病以右手掌纹为主，诊断心脏病则要双手互参，诊断呼吸系统疾病一般按照拇指方为左、小指方为右的原则，诊断泌尿系统疾病大多是左右对应的。在观察某些疾病时，左半身的疾病要看右手，右半身的疾病则要看左手。

总之，在掌纹诊病过程中，应该具体问题具体分析。全面考虑掌纹、掌色、部位等因素，如大拇指根部出现苍白区，表示缺血引起的经常性头痛。

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。作为一门古老的诊断方法，需要同其他诊断方法综合应用，才能更好地为临床服务。



掌纹与运势 之间的关系

虽然世界上没有完全相同的掌纹，但是还是有规律可循的，我们的祖先早在数千年前就开始探索这一规律并逐步总结这些规律，这就形成了手相学，即通过掌纹中的感情线、生命线、事业线、智慧线、成功线等掌纹线去预测自己的命运。

那么，手纹与“运势”到底有没有关系？一般来说，掌纹以清晰明显、无杂纹为佳，掌纹应该深刻，颜色润泽，这样的手纹手相学上一般认为是人健康长寿、事业发达、婚姻幸福美满的标志；反之，如果掌纹杂乱，以及在中部终止或断续的，则可能体弱多病、人生充满波折、家庭关系紧张。

如果掌纹不连贯，但是较清晰，中断处两线有重叠，表明虽然一生有波折，但可以逢凶化吉，命中有贵人相助，也是不错的掌纹。

可见，手掌上每一条镌刻的掌纹，都反映着一个人潜意识里的心智、动念与不懈的执著与追求，也暗含着天地间万事万物对一个人反馈的信息，这便是一个人先天与后天的运势。所以，让我们来认识我们的掌纹，了解我们身体的状况，预知我们生命的走向，让我们靠自己的力量使我们的一生健康而顺遂。

14条掌纹线 传递疾病信号

1线 · [感情线]

“情感”“消化”“呼吸”三合一的告白

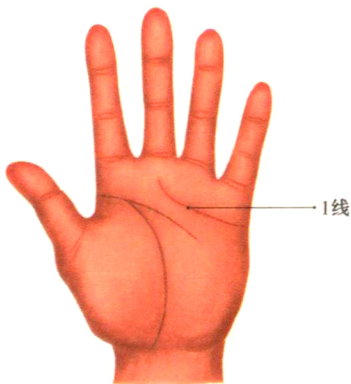
掌纹线解析

1线，又称感情线、远端横曲线、小指根下横曲线、天线等，起于手掌尺侧(小拇指一侧)，从小指掌指褶纹下1.5~2.0厘米处，以弧形、抛物状延伸到食指与中指指缝之间的下方。该线以深长、明晰、颜色红润、杂纹少为正常。

掌纹健康解析

1线的变化主要是反映呼吸系统、消化系统功能的强弱。这是因为此线起止与所经过的部位、对应的脏腑分布，正好是呼吸系统和消化系统大部分器官对应的位置，故观察1线的变化，可以知晓呼吸系统、消化系统功能的强弱。

在日常生活中，我们主要是通过观察1线的长度和走向来判断消化系统功能强弱的，如1线过长，延伸到食指下方，或1线长而末端分叉，一支延





伸到食指下方或食指与中指间、指缝处，均提示消化系统功能较弱，消化吸收异常。

而对于呼吸系统功能的强弱，则主要是通过观察1线上的杂纹来判断的，如1线上出现链锁状纹，提示先天呼吸功能较薄弱；1线若出现许多横断纹，提示有慢性呼吸系统疾病，多见于老人；1线末端若出现羽毛状纹，提示上呼吸道发生病变，像鼻炎、咽炎等。此外，1线与性激素分泌水平相关，故1线可以反映乳腺等器官病变，如掌心1线、2线之间有横向岛纹，提示有乳腺增生。

掌纹运势解析

1线，又称感情线，故能揭示人一生的感情强弱与复杂程度。

此线明朗深长，提示感情发展比较顺利，且感情至上、勇往直前。

此线长及食指和中指之间，或食指根部者，提示诚实可靠、品行端正、爱情专一。

此线起点附近，若见无数上升支线，揭示此人胸怀博大，婚姻幸福美满；若见两三条上升支线，则揭示此人感情经历丰富，极具吸引异性的魅力。

此线起点若见数条支线，提示生殖机能健全，子运昌隆。

此线从中指下阶段伴见一条并行线，提示感情充沛，能维系幸福美满的婚姻。

此线在中指下方中断，提示爱情可能因不可抗力而发生危机。

此线成锁链状，提示双方性格反差较大，争执频繁，难于保持美满的婚姻生活。

此线若见无数细纹下垂，提示缺乏决断，常错失姻缘。

此线若见无数下降支线，提示感情暧昧，婚姻易破裂。

此线若见数条叉线，提示思维混乱，用情不专。

此线断续或破裂，提示性格任性、神经质、喜怒无常，爱情多不美满。

此线末端见无数条支线，提示爱情专一，并能收获超值的爱。
此线末端见两三叉，提示经常盲目投注感情。

1 线掌纹可以反映的具体病症如下：

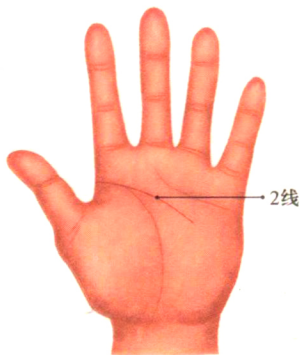
- ⊙ 慢性支气管炎
- ⊙ 咽炎
- ⊙ 泌尿、生殖系统疾病
- ⊙ 乳腺疾病
- ⊙ 视力异常变化
- ⊙ 听神经功能减弱
- ⊙ 血压异常变化

2线 · [智慧线]

心、脑、神经系统健康的主导者

掌纹线解析

2线，又称为智慧线、脑线、近端横曲线、小鱼际抛物线、人线，起于手掌桡侧（靠近大拇指一侧），从食指掌指褶纹与拇指掌指褶纹内侧连线约 1/2 处，以抛物线状延伸至无名指中线。该线以微粗、明晰、不断、颜色红润为正常。





掌纹健康解析

2 线主要反映神经、精神及心血管系统方面的健康状况。

生活中凡具备标准型 2 线的人，多身体健康，思维敏捷，充满活力，心情愉快。若是 2 线深长，延伸到小鱼际，这类掌纹的人，平时精神集中，常高度紧张，不容易放松，所以经常性地出现抑郁情绪；若见 2 线平直而短，具有这类掌纹的人，平常多情绪急躁，好冲动，容易罹患心脑血管疾病；若见 2 线末端分叉，具有这类掌纹的人，多提示近期休息不好，神经衰弱，长期延续可能出现心脑血管疾病；若掌心 2 线有断裂，多提示易突发心脑血管疾病。

掌纹运势解析

2 线，又称为智慧线，能反映智能的高低，以及推理力等头脑活动的优劣。

此线明朗深长，提示天资聪慧，术业专攻，学识渊博；此线短而浅显，提示领悟能力差，反应与应用能力均较弱。

此线起点与生命线的起点分离，提示性格任性、缺乏自制力；此线的前半为笔直横线，后半为下斜线，主深谋远虑。

2 线掌纹可以反映的具体病症如下：

- ⊙ 智力发育异常
- ⊙ 脑部损害
- ⊙ 神经、精神类疾病
- ⊙ 头部不适
- ⊙ 心血管疾病
- ⊙ 心理出现异常状况
- ⊙ 胃肠道消化功能疾病