

从生活中
学中医



手诊面诊 一学就会 防病祛病 一用就灵

方法简单 方便实用 一看就懂

22.80

一学就会 手诊面诊

大全

樊红杰 主编

观手诊病

观察手部是了解健康最简单又最实际的方法，从手上可以看出一个人的健康状况，只要经常细心地观察手掌，便可从中预知各种变化，预防疾病

观面诊病

面部是人体健康的晴雨表，从面部的诊察，不仅能知道面部本身病变，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，确定其预后

手诊理论

手诊中医论 手诊西医论
手诊养生论 手诊科学论

面诊纲目

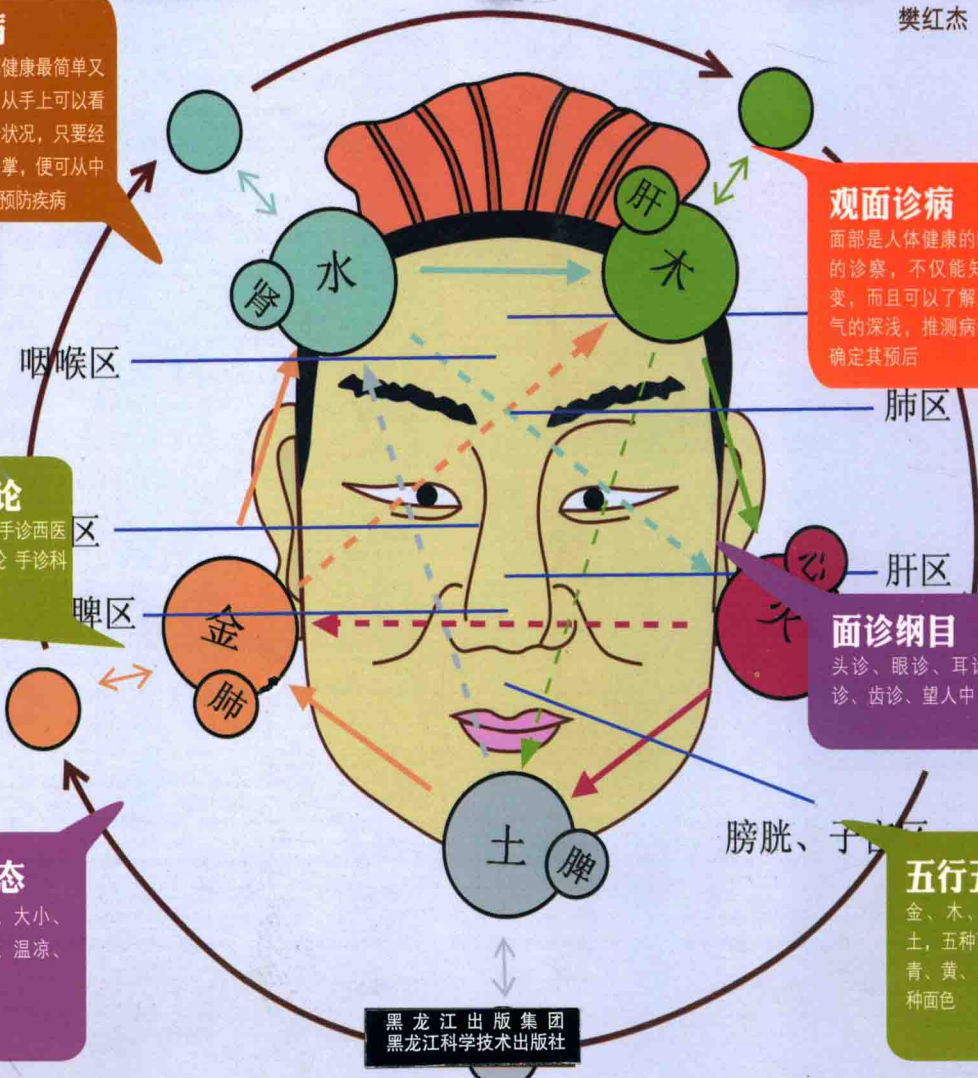
头诊、眼诊、耳诊、鼻诊、舌诊、齿诊、望人中、望唇舌

手诊望态

四、硬软、大小、
、干湿、温凉、
、抖僵

五行五色

金、木、水、火、
土，五种面型；赤、
青、黄、白、黑，五
种面色



黑龙江出版集团
黑龙江科学技术出版社

一学就会 手诊面诊 大全

樊红杰 主编



黑龙江出版集团
黑龙江科学技术出版社

【定价：49.00元 含邮费】

图书在版编目 (CIP) 数据

一学就会手诊面诊大全 / 樊红杰主编. — 哈尔滨: 黑龙江科学技术出版社, 2013.10

ISBN 978-7-5388-7722-9

I. ①一… II. ①樊… III. ①掌纹-望诊(中医)-基本知识
②望诊(中医)-基本知识 IV. ①R241.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 239538 号

一学就会手诊面诊大全

YI XUE JIU HUI SHOU ZHEN MIAN ZHEN DA QUAN

主 编 樊红杰

责任编辑 李欣育

封面设计 李艾红

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 北京中创彩色印刷有限公司

开 本 1020 × 1200 1/10

印 张 48

字 数 857 千字

版 次 2014 年 1 月第 1 版 · 2014 年 1 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5388-7722-9/R · 2226

定 价 29.80 元



观察手部是了解健康最简单又实际的方法，从手上可以看出一个人的健康状况。想由手探知健康状况，并不是一件难事，只要经常观察手部，不但能透彻地了解自己，更能从中预知各种变化，提早趋吉避凶，预防疾病。

面部是人体健康的晴雨表，人的面部为脏腑气血的外荣，又为经脉所聚，所以脏腑气血的盛衰，邪气对气血的扰乱，都会在面部有所反映。从对面部的观察诊断，不仅能知道面部本身病变，而且可以了解正气的盛衰和邪气的深浅，推测病情的进退顺逆，确定其预后。

每个人的双手和脸都有着不同的特质，手部和面部的每种特质，结构、形态、气色、温度或是其他的特点，都预示着每个人的个性、喜好、欲望、健康等。人的手掌和脸部就像是一台显示器，全身的脏腑、器官、四肢和关节的疾病与健康都能显示出来。手诊就是通过观手的颜色、纹理和形态变化，来知道内部脏腑的生理、病理变化。面诊就是透过面部反射区观察脏腑疾病与健康状况的诊法，即医生运用望、闻、问、切的诊断方法对手部和面部进行观察，从而判断人体全身与局部的病变情况。人们通过对手部和面部的观察，得知脏腑、经络、气血功能的状态，从而诊断或预测疾病的发生和发展，给我们提供治疗和预防的根据。

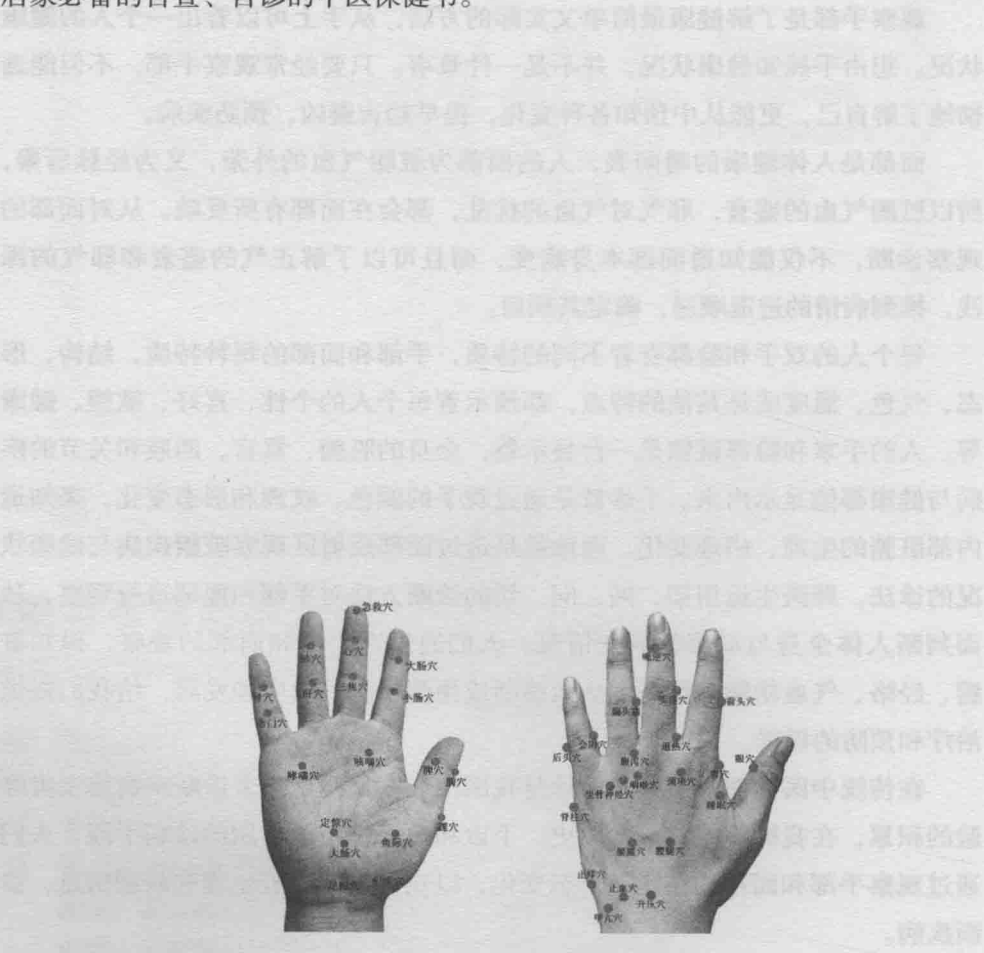
在传统中医里面，手诊和面诊是我国历代医家几千年来诊断疾病的宝贵经验的积累，在我国有着悠久的历史。手诊和面诊是中医常用的诊病手段，人们通过观察手部和面部的色泽、形态变化，以获得人体内脏生理和病理信息，诊断疾病。

每天观察一下手部和脸部的变化，你可以大致掌握身体的状况。你不用再因为身体上的点儿不适而整日提心吊胆、忧心忡忡，来回地跑医院；你不会再因为粗心大意而导致自己小病变大病、大病变重病。第一时间发现疾病，在最佳时间开始治疗，随时掌握疾病进程。

为了让读者更好地了解和使用手诊面诊来防病治病，这里分别介绍了手诊和面诊两部分内容。首先介绍了手诊的基础知识，让人们了解不同种类的多种常见疾病的手诊方法，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。然后从面诊的理论常识入手，深入浅出地分析面诊知识，手把手教会读者面诊诊病的方法，包括头诊、眼诊、耳诊、鼻诊、舌诊、齿诊、望人中、望唇舌等，帮助读者在家就能通过面诊诊病，方便读者在短时间内掌握自我诊病的常识，易于学习与掌握，具有很强的指导性和实用性。

详尽的图解与文字有机地结合，在方便阅读的同时，您可以更直观地参照图解来对照自身手部和面部的变化特征，诊断自身病痛，并通过观察图解呈现出来的对应病症来有效去除病灶、预防疾病的发生，是一本综合性的读物。通俗的语言与易学好懂的例证，适合各年龄段和关注自身健康的人使用，是一部居家必备的自查、自诊的中医保健书。





目录

上篇 手诊篇

第一章 中医养生

第一节 手诊中医论	3
手诊的起源早于中医	3
手诊可以认为是中医望诊的发展	4
手诊推动了中医学的普及与发展	4
第二节 手诊西医论	4
西医的解剖、生理、病理学说丰富了手诊医学的发展	4
现代医学的数理化检验促进了手诊医学的精确性	5
第三节 手诊养生论	5
手诊与道家养生	5
手诊与大众养生	6
手诊与现代养生	6
第四节 手诊科学论	7
手诊具有重复性	7
手诊具有规律性	7
手诊具有可操作性	7
手诊具有发展性	8
准确率是硬道理	8

第二章 手诊准备

第一节 手诊学习指南	9
认识之初，宁精毋杂	9
学习之时，静思慎悟	9
应用之初，熟能生巧	9
掌握之后，知常达变	9

研究之需，基础为先.....	10
诊断之际，方圆规则.....	10
第二节 手诊的健康标准.....	10
正常形状.....	10
正常颜色.....	10
正常力度.....	11
正常温度.....	11
正常湿度.....	11
第三节 手诊的方位规定与分界标志.....	11
手诊的方位规定.....	11
手诊的分界标志.....	12
第四节 手诊的必须条件和注意事项.....	13
手诊的必须条件.....	13
手诊的注意事项.....	14
第五节 手诊的影响因素.....	14
影响手诊诊断的人文因素.....	14
影响手诊诊断的生理因素.....	14
影响手诊诊断的病理因素.....	14
影响手诊诊断的物理因素.....	15
第六节 手诊的判定定理.....	15
叠加定理.....	15
渐减定理.....	15
辨证定理.....	15
第七节 纹理的分析思路.....	16
纹理简单的手案分析思路.....	16
纹理繁杂的手案分析指南.....	16

第三章 望色手诊望诊触诊基础

第一节 望色基础.....	18
望色的基本规律.....	18
五色辨证.....	18
五行五色关系.....	23
斑点诊断.....	23
望色十纲.....	24
第二节 望态基础.....	26
凹凸——表面的观察.....	26
硬软——触摸的观察.....	26
大小——整体的形态.....	27
胖瘦——肌肉的状态.....	28
干湿——润泽的程度.....	29

温凉——温度的高低.....	29
快慢——伸手的动作.....	29
抖僵——手势的病态.....	30
第三节 手诊触诊.....	30
什么是触诊.....	30
触诊的具体要求.....	30
第四节 病纹基础.....	30
病纹概论.....	30
开放型纹理.....	32
闭合型纹理.....	33

第四章 九区辨证

第一节 震区——胃肾同源的开始.....	37
五行属性.....	37
手诊定位.....	37
脏腑属性——胃肾同源.....	37
正常形态.....	37
整体辨证.....	38
区位划分.....	39
分区辨证之震区上部.....	39
分区辨证之震区下部.....	42
养生指南.....	44
现代研究.....	45
第二节 巽区——肝胆相照的证明.....	45
五行属性.....	45
手诊定位.....	45
正常形态.....	46
脏腑属性——肝胆相照.....	46
区位划分.....	46
整体辨证.....	46
养生指南.....	49
现代研究.....	49
第三节 离区——雄心壮志的昭示.....	49
五行属性.....	49
手诊定位.....	49
脏腑属性——人心仙肺.....	49
正常形态.....	49
整体辨证.....	49
区位划分.....	51
分区辨证之食道区.....	52
分区辨证之咽喉区（过敏区）.....	53
分区辨证之支气管肺区.....	54

分区辨证之脑神经思维区.....	55
分区辨证之心理感应区.....	56
养生指南.....	57
现代研究.....	58
第四节 坤区——先天后天的反映.....	58
五行属性.....	58
手诊定位.....	58
脏腑属性——脾肾根本.....	58
整体辨证.....	59
特殊现象.....	62
养生指南.....	62
现代研究.....	62
第五节 兑区——回肠荡气的感觉.....	62
五行属性.....	62
脏腑属性.....	63
正常形态.....	63
手诊定位.....	63
整体辨证.....	63
养生指南.....	65
现代研究.....	65
第六节 乾区——金水相生的渊源.....	65
五行属性.....	65
手诊定位.....	65
脏腑属性.....	65
正常形态.....	65
整体辨证.....	66
区位划分.....	67
分区辨证之肺区.....	68
分区辨证之肾区.....	70
分区辨证之生殖区、盆腔区.....	71
分区辨证之内分泌区.....	72
分区辨证之性功能区.....	73
养生指南.....	73
现代研究.....	73
第七节 坎区——生生不息的源泉.....	74
五行属性.....	74
手诊定位.....	74
脏腑属性.....	74
正常形态.....	74
整体辨证.....	74
区位划分.....	76
分区辨证之肾、腰椎区.....	76
女性生殖区划分及辨证.....	78

女性生殖区分区辩证之子宫体区	79
女性生殖区分区辩证之子宫颈区	81
女性生殖区分区辩证之阴道、外阴、直肠区	82
女性生殖区分区辩证之卵巢区	83
男性生殖区分区辩证	84
男性生殖区分区辩证之前列腺区	84
男性生殖区分区辩证之阴茎、尿道、外阴、直肠区	85
男性生殖区分区辩证之睾丸区	86
养生指南	86
现代研究	87
第八节 艮区——身强力壮的表现	87
五行属性	87
手诊定位	87
脏腑属性	87
正常形态	87
整体辨证	88
区位划分	89
分区辨证之支气管肺区	89
分区辨证之盆腔区	90
养生指南	91
现代研究	91
第九节 明堂——聪明睿智的象征	91
五行属性	92
脏腑属性	92
正常形态	92
手诊定位	92
整体辨证	92
区位划分	93
分区辨证之明堂脑区	93
分区辨证之明堂心区	95
养生指南	97
现代研究	97
第十节 总结	98

第五章 主线辨证

第一节 手掌的主线	99
手掌的主线有哪些	99
主线脏腑诊断	99
主线与辅线诊病的区别	100
第二节 主线辨证基础	100
主线上的开放型病纹	100

主线上的闭合型病纹.....	101
主线的变异纹理规律特点.....	103
总结	106
第三节 生命线——先天后天的根本.....	106
手诊定位	106
脏腑属性	106
正常形态	106
整体辨证	106
脏腑分段	110
分段辨证之食道、胃段.....	111
分段辨证之肝段.....	112
分段辨证之胆段.....	114
分段辨证之食道、胃、十二指肠段（消化段）.....	115
分段辨证之小肠段.....	116
分段辨证之大肠段（宿便毒素段）.....	117
分段辨证之肾脏、腰椎段.....	119
分段辨证之生殖段.....	120
养生指南	121
现代研究	122
第四节 智慧线——聚精会神的轨迹.....	123
手诊定位	123
脏腑属性	123
正常形态	123
整体辨证	123
脏腑分段	127
分段辨证之颈椎段.....	128
分段辨证之心理压力段.....	129
分段辨证之心脏段.....	133
分段辨证之精神紧张段.....	134
分段辨证之脑段.....	135
分段辨证之内分泌段（乳腺段）.....	137
养生指南	138
现代研究	138
第五节 感情线——百感交集的写照.....	138
手诊定位	139
脏腑属性	139
正常形态	139
人文意义	139
整体辨证	139
段位划分	144
分段辨证之生殖段.....	144
分段辨证之肾脏腰椎段.....	146
分段辨证之心脏段.....	147
分段辨证之血液毒素段（血脂段）.....	148

分段辨证之脑段.....	149
分段辨证之血糖段.....	151
养生指南.....	152
现代研究.....	152

第六章 辅线与十大病线

第一节 辅线的意义.....	153
反映先天体质健康状况.....	153
体现患者目前的健康状况.....	153
弥补主线诊断中的不足.....	153
反映脏腑的特定功能或疾病.....	153
第二节 人生线——岁月蹉跎的记录.....	154
手诊定位.....	154
脏腑属性.....	154
正常形态.....	154
整体辨证.....	154
养生指南.....	158
第三节 健康线——健康状态的显示.....	158
手诊定位.....	158
脏腑属性.....	158
正常形态.....	158
整体辨证.....	158
第四节 性线——天伦之乐的记载.....	160
手诊定位.....	160
脏腑属性.....	160
正常形态.....	160
整体辨证.....	161
养生指南.....	162
第五节 生育线——生殖功能的补充.....	162
手诊定位.....	162
脏腑属性.....	162
正常形态.....	162
整体辨证.....	162
养生指南.....	164
第六节 心线——心心相印的对比.....	164
手诊定位.....	164
脏腑属性.....	164
正常形态.....	164
整体辨证.....	164
养生指南.....	166

第七节 脑线——神采奕奕的表现.....	166
手诊定位.....	166
脏腑属性.....	166
正常形态.....	166
整体辨证.....	166
养生指南.....	167
第八节 手颈线——精力充沛的表现.....	167
手诊定位.....	167
脏腑属性.....	168
正常形态.....	168
整体辨证.....	168
养生指南.....	169
第九节 离火环——魅力相约的悲哀.....	170
手诊定位.....	170
脏腑属性.....	170
正常形态.....	170
整体辨证.....	170
养生指南.....	172
第十节 人生辅线——随机应变的辅佐.....	172
手诊定位.....	172
脏腑属性.....	172
正常形态.....	172
整体辨证.....	172
养生指南.....	173
第十一节 通贯掌纹——虚实真假的诠释.....	173
通贯掌的概念.....	173
通贯掌的医学意义.....	173
通贯掌的三种类型.....	173
第十二节 十大病线.....	174
乾生线之手诊定位.....	174
整体辨证.....	174
性能线之定义.....	175
手诊定位.....	175
整体辨证.....	175
过度线之手诊定位.....	175
整体辨证.....	176
桥贯线之手诊定位.....	176
脏腑属性.....	176
整体辨证.....	176
手术线之正常形态.....	176
手诊定位.....	176
整体辨证.....	176
艮震分界线之手诊定位.....	177

脏腑属性	177
整体辨证	177
肝胆线之手诊定位	177
肝胆线整体辨证	177
小离环之手诊定位	178
小离环整体辨证	178
早熟线之手诊定位	178
整体辨证	178

第七章 指象与甲象

第一节 指节纹分析	179
概念	179
正常形态	179
脏腑属性	179
整体辨证	179
三纹辨证	180
第二节 五指诊断	181
拇指	181
食指	182
中指	183
无名指	183
小指	184
指形分类	185
第三节 指距辨证	186
什么是指距	186
拇食指距	186
食中指距	187
中无指距	187
无小指距	187
第四节 指纹纲目	187
指纹概论	187
指纹分类	188
指纹辨证	189
第五节 甲象分类	193
标准指甲	193
横道纵道	194
甲身凹沟	194
指甲翻曲	194
指甲细长	194
指甲很短	194
圆形指甲	194
长形指甲	194

甲尖缺痕	194
四角形甲	194
三角形甲	194
空泡型甲	195
卵甲	195
窄甲	195
阔甲	195
方甲	195
梯甲	195
嵌甲	195
勺甲	195
凸甲	195
凹甲	195
剥甲	195
代甲	195
横沟甲	196
纵沟甲	196
软薄甲	196
黑线甲	196
串珠甲	196
偏月甲	196
缺月甲	196
筒状甲	196
纵裂甲	196
柴糠甲	196
报伤甲	196
第六节 甲色辨析	196
指甲白色辨析	197
指甲红色辨析	197
指甲黄色辨析	197
指甲青色辨析	197
指甲紫色辨析	197
指甲黑色辨析	197
指甲灰色辨析	198
第七节 甲象九畴	198
甲象九畴示意图	198
心病甲象辨证论治	198
肺病甲象辨证论治	199
脾病甲象辨证论治	199
胃病甲象辨证论治	200
肝病甲象辨证论治	200
膀胱病甲象辨证论治	200
大肠病甲象辨证论治	200
胆病甲象辨证论治	200

小肠病甲象辨证论治	200
肾病甲象辨证论治	200
第四节 单甲脏腑	201
脏腑划分	201
单甲诊断	202

第八章 手背预诊断

第一节 手背关节区的划分与诊断	205
手背关节区的划分	205
手背关节区的诊断	205
第二节 手背脊椎段的划分与诊断	206
手背脊椎段的划分	206
手背脊椎段的诊断	206
手背的肾脏	206
手背的臀部	206
第三节 手穴探诊原理	207
经脉概述	207
手穴探诊研究的范围	207
第四节 手穴探诊方法	208
自然探诊法	208
仪器探诊法	208
第五节 手部穴位定位与探诊主治	208
手掌的穴位	208
手背的穴位	210
取穴配方	211
操作方法	211
注意事项	211
适应范围	211

第九章 手诊辨证

第一节 心脏与循环系统疾病辨证	212
手诊九区辨证要点	212
手诊掌纹辨证要点	212
手诊指象辨证要点	213
第二节 肺系与呼吸系统疾病辨证	213
手诊九区辨证要点	213
手诊掌纹辨证要点	213
手诊指象辨证要点	214
手诊甲象辨证要点	214

第三节 脾胃与消化系统疾病辨证	214
手诊九区辨证要点	214
手诊掌纹辨证要点	215
第四节 肝胆系统疾病辨证	215
肝胆系统疾病手诊九区辨证要点	215
手诊掌纹辨证要点	216
手诊指象辨证要点	216
手诊甲象辨证要点	216
胆管疾病手诊九区辨证要点	216
第五节 肾系与生殖系统疾病辨证	216
手诊九区辨证要点	217
手诊掌纹辨证要点	217
手诊指象辨证要点	218
手诊甲象辨证要点	218
第六节 女性生殖系统疾病辨证	218
手诊九区辨证要点	218
手诊掌纹辨证要点	218
手诊指象辨证要点	218
手诊甲象辨证要点	218
第七节 冠心病手诊辨证	218
手诊九区辨证要点	218
手诊掌纹辨证要点	219
第八节 手诊遗传性疾病	219
反应停胚胎病	219
缺甲症	219
三体嵌合体	219
先天愚型 (Down 氏综合征)	219
三体 18 综合征	220
三体 13 综合征	220
X 染色单体	220

第十章 手诊指南

第一节 妇科手诊	221
月经不调或痛经	221
子宫肌瘤或肿瘤	223
急性或慢性宫颈炎	225
卵巢囊肿或卵巢炎	227
慢性盆腔炎	230
第二节 男科手诊	231
前列腺疾病	231
睾丸疾病	236