

足部反射区

诊疗保健按摩 学习手册

钟仲义◇主编



军事医学科学出版社

足部反射区诊疗 保健按摩学习手册

主 编 钟仲义

军事医学科学出版社

· 北 京 ·

图书在版编目(CIP)数据

足部反射区诊疗保健按摩学习手册/钟仲义主编.

- 北京:军事医学科学出版社,2005

ISBN 7-80121-689-X

I. 足… II. 钟… III. 足-按摩疗法(中医)-手册

IV. R244.1-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 057944 号

出 版:军事医学科学出版社

地 址:北京市海淀区太平路 27 号

邮 编:100850

联系电话:发行部:(010)63801284

63800294

编辑部:(010)66884418

传 真:(010)63801284

网 站:<http://www.mmsp.cn>

印 装:华润印装厂

发 行:新华书店

开 本:850mm×1168mm 1/32

印 张:6

字 数:107 千字

版 次:2005 年 11 月第 1 版

印 次:2005 年 11 月第 1 次

定 价:20.00 元

本社图书凡缺、损、倒、脱页者,本社发行部负责调换



2004 年 4 月初中国足部反射区健康法研究会理事长杭雄文先生来广州御足堂保健有限公司视察时与公司总裁李桂杰女士探讨足疗产业前景



2004 年 4 月初中国足部反射区健康法研究会理事长杭雄文先生、秘书长张红旗女士视察广州御足堂保健有限公司并与公司领导及中级足疗师合影



2004 年 4 月 2 日广州御足堂保健有限公司第二期中级足疗师班结业留念

内 容 提 要

足部反射区诊疗保健法,又称为足部反射疗法,它是指在双足客观存在着人体各脏腑、器官、部位相对应的生理、病理信息区位,在这些区位以特定手法进行有效按摩、点压刺激、激发机体各脏腑器官的自我调节能力,达到疏经活络、平衡阴阳及促进血液循环、激发内源性免疫因子、促进神经反射等功能的一种诊断、治疗、保健疗法,属自然疗法范畴。

依据“生物全息胚”理论,足部是整个机体的缩影,客观地存在着与机体相对应的反射功能区域(简称反射区),机体任何器官出现病症都可在足部对应的反射区检查出来。类同于传统中医的面诊、手诊、耳诊、舌诊、脉诊等。按摩足部反射区可起到平衡阴阳、疏通经络的功效,以及通过促进足部的血液循环、神经反射作用,调整和增强机体内分泌及免疫功能,调节心理平衡达到强身健体,防病祛病的目的。

本书的技术操作、理论创新部分是广州“御足堂”八年来的足疗技术的阶段性总结,是对中国优秀的足疗文化的理解与沉淀。此书既可作为各相关学校的培训教材,也可作为各位足疗相关人士的参考资料及家庭足疗保健的实用书。

足部反射区诊疗 保健按摩学习手册

主 编 钟仲义

副主编 李为安 徐建平 卢立峰 张 磊

编 委 蔡兰兰 卢 桢 唐 慧

插 图 陈海清

军事医学科学出版社

· 北 京 ·

足疗养生保健—— 返璞归真之养生法

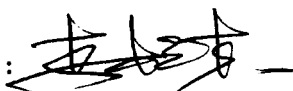
序 言

首先,在您准备阅读这本书之前,我们怀着崇高的敬意感谢为这行业奉献毕生精力的“中国足部反射区健康法研究会”理事长杭雄文先生以及研究会的各位专家,没有他们的孜孜不倦、锲而不舍的进取精神,中国足疗行业就没有今天的成就。我谨代表从业人员感谢以杭理事长为首的各位前辈所做的贡献。

盛行时下的“足部反射健康疗法”是集保健、诊断、治疗于一体的绿色自然疗法之一。大部分人们在生活中忽略了“防病远比治病更重要”,面对自然环境的恶化,面对化学药物的泛滥,面对社会竞争压力的增加,使人们饮食和生活习惯都不正常,对于如何维持自我防病和控病能力,人们总是停留在身体不适时才依赖医生治疗的观念,而忽略了中国传统医学疗法给人们带来的健康效果,在“中国足部健康法研究会”的推动下,“足疗保健”为广大

民众的健康起到了积极的作用。

广州御足堂保健有限公司自一九九八年至今推广足疗养生保健已有八年的历史,在推广过程中得到了“中国足部健康法研究会”的大力支持和指导,集广大有志之士,开发、开展中国传统养生保健服务,形成了独特的“御足堂”养生保健文化和足疗技术风格。在过去推广、经营“足疗养生”过程中,特别是在操作手法和足诊方面,我们积累了珍贵的临床经验,总结出了新颖的足部诊疗技术体系。现整理、编写成集,发布于社会与大家共同分享我们的经验,为中国传统医学保健的发展尽一分心力,为社会大众实现“健康是人生第一财富”做出贡献。

广州御足堂保健有限公司总裁: 

2005 - 09 - 19

前 言

足部反射区诊疗、保健法是一种当今世界流行、集中西医特长的理疗方法,目前盛行欧美、东南亚各国及我国港台地区。自20世纪80年代末至90年代初在我国大陆兴起后,引起了广大群众和医疗界的兴趣与重视,并得到国家卫生部的肯定。20世纪90年代末以来,足部反射区诊疗保健法在国内更得到全方位的研究、发展、普及与推广,并且促进了传统中医的“中药足浴保健法”、“腿部循经按摩保健法”、“中医足穴点按理疗法”的研究、发掘、整理、开发,对群众的健康起到了不可低估的作用。足部反射区诊疗、保健法已成为一门跨世纪的学科。

依据“生物全息胚”理论,足部是整个机体的缩影,客观地存在着与机体相对应的反射功能区域(简称反射区),机体任何器官出现病症都可在足部对应的反射区检查出来,类同于传统中医的面诊、手诊、耳诊、舌诊、脉诊等。按摩足部反射区可起到平衡阴阳、疏通经络的功效,以及通过促进足部的血液循环、神经反射作用,调整和增强机体内分泌及免疫功能,调节心理平衡,达到强身健体、防病祛病的目的。

足部反射区诊疗、保健法与大小腿循经按摩保健法均属中医外治法范畴。它们既能诊治,又能保健,无需任

何设备,简便易学,无毒副作用,与针灸、火罐、刮痧、推拿等属非药物自然疗法,具有极广的开发潜力,也很适宜在大众中推广、普及。对儿童的智力开发,妇女的美容美体,对中老年人的保健等具有独特的作用。

本书的技术操作、理论创新部分是广州“御足堂”八年来足疗技术的阶段性总结,是对中国优秀的足疗文化的理解与沉淀。编写本书的主要目的是配合广州御足堂保健有限公司提出的三年经营目标,由“休闲娱乐型沐足”向“足疗专家型沐足”的转变。是推广、普及足疗保健法的重要组成部分,为更多群众的健康服务。

此书既可作为各相关学校的培训教材,也可作为各位足疗相关人士的参考资料及家庭足疗保健的实用书。

限于经验,本书疏漏之处在所难免,祺请专家及广大读者予以指正。

编 者

于广州御足堂保健有限公司足疗技术研究所

目 录

第一章 概论	(1)
第一节 什么是足部反射区诊疗、保健法	(1)
第二节 足部反射区诊疗、保健法的发展史	(2)
第二章 足部反射区按摩手法	(6)
第一节 手法要求	(6)
第二节 基本手法	(7)
第三节 休闲放松保健手法	(9)
第三章 足部反射区诊疗保健的机理探讨	(29)
第一节 生物全息胚理论与足部反射区定位的 关系	(29)
第二节 疏通经络(脉)平衡阴阳学说与足部反 射区诊疗、保健的关系	(35)
第三节 血液循环机理与足部反射区诊疗、保健 的关系	(37)
第四节 神经反射作用与足部反射区诊疗、保健 的关系	(39)
第五节 内源性药物免疫因子效应与足部反射 区诊疗、保健的关系	(41)

第六节 心理学治疗作用与足部反射区诊疗、保健的关系	(42)
---------------------------------	------

第四章 足部反射区投影位置、生理功能、手法、手感及适应证	(44)
------------------------------------	------

第一节 传统反射区	(44)
一、肾上腺	(44)
二、肾	(46)
三、输尿管	(47)
四、膀胱	(47)
五、额窦	(48)
六、脑垂体	(49)
七、小脑及脑干	(50)
八、三叉神经	(51)
九、鼻	(52)
十、大脑	(53)
十一、颈项	(53)
十二、颈椎	(54)
十三、甲状旁腺	(55)
十四、甲状腺	(56)
十五、眼	(57)
十六、耳	(58)
十七、斜方肌	(59)
十八、肺及支气管	(60)
十九、心	(61)

二十、脾	(62)
二十一、胃	(63)
二十二、胰	(64)
二十三、十二指肠	(64)
二十四、小肠	(65)
二十五、横结肠	(66)
二十六、降结肠	(67)
二十七、乙状结肠及直肠	(67)
二十八、肛门	(68)
二十九、肝	(69)
三十、胆囊	(70)
三十一、盲肠及阑尾	(71)
三十二、回盲瓣	(71)
三十三、升结肠	(72)
三十四、腹腔神经丛	(73)
三十五、足底部生殖腺	(74)
三十六、足外侧生殖腺	(74)
三十七、胸椎	(75)
三十八、腰椎	(76)
三十九、骶椎	(77)
四十、内侧尾骨	(78)
四十一、外侧尾骨	(78)
四十二、内侧坐骨神经	(79)
四十三、前列腺或子宫	(80)

四十四、尿道及阴道	(81)
四十五、髋关节	(82)
四十六、直肠及肛门	(83)
四十七、腹股沟	(83)
四十八、外侧坐骨神经	(84)
四十九、下腹部	(85)
五十、膝	(86)
五十一、肘	(86)
五十二、肩	(87)
五十三、肩胛骨	(88)
五十四、上顎	(89)
五十五、下颌	(89)
五十六、扁桃腺	(90)
五十七、喉及气管	(91)
五十八、胸部淋巴腺	(91)
五十九、内耳迷路	(92)
六十、胸及乳腺	(93)
六十一、膈(横膈膜)	(94)
六十二、肋骨	(95)
六十三、上身淋巴腺	(95)
六十四、下身淋巴腺	(96)
第二节 新发现的反射区有	(97)
一、舌	(97)
二、血压区	(98)

三、上肢	(98)
四、下肢	(99)
五、失眠区	(100)
六、骨盆腔	(101)
七、声带	(101)
八、下牙	(102)
九、上牙	(103)
第五章 足诊	(104)
第一节 足部的有痛诊断法	(104)
第二节 足部的无痛诊断法	(107)
一、望诊	(108)
二、切诊	(116)
第六章 足部反射区诊疗、保健按摩相关要则 ...	(125)
第一节 施术要求	(125)
第二节 找准敏感部位	(126)
第三节 足部反射区定位追踪及按摩顺序	(127)
一、足部反射区定位	(127)
二、按摩顺序	(128)
第四节 按摩力度、节奏及补泻原则	(130)
一、力度	(130)
二、节奏	(131)
三、补泻原则	(131)
第五节 按摩时间及疗程设置	(132)

第六节 按摩过程中的注意事项、正常反应及禁忌证	(132)
一、注意事项	(133)
二、正常反应	(134)
三、禁忌证	(134)
第七节 按摩介质的作用	(135)
第七章 足部反射区诊疗的配区方法	(136)
第一节 配区原则	(136)
第二节 足部基础反射区	(137)
第三节 足部症状反射区	(137)
第四节 足部关联反射区	(138)
一、从解剖关系选配相关反射区	(138)
二、从脏腑辨证学说选配相关反射区	(139)
三、从气血、子午流注的辨证关系选配相关反射区	(140)
四、从疾病性质选配相关反射区	(140)
第八章 足部反射区诊疗、保健法与中西医基础知识	(142)
第一节 足部解剖学结构与名称定位	(142)
一、小腿解剖学角度定位及名称	(142)
二、足部解剖学角度定位及名称	(142)
第二节 人体八大系统概要	(144)
一、消化系统	(145)
二、呼吸系统	(146)