

# 手脚治病养生

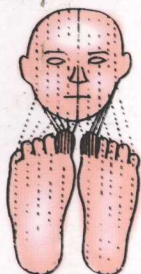
图文  
百科  
1000问

最经济实用的家庭诊病大全

- ◆ **手相人生** 手掌是破译疾病、性格、情爱的密码
- ◆ **脚相流年** 脚底是男女精力、盛衰、寿辰的缩影



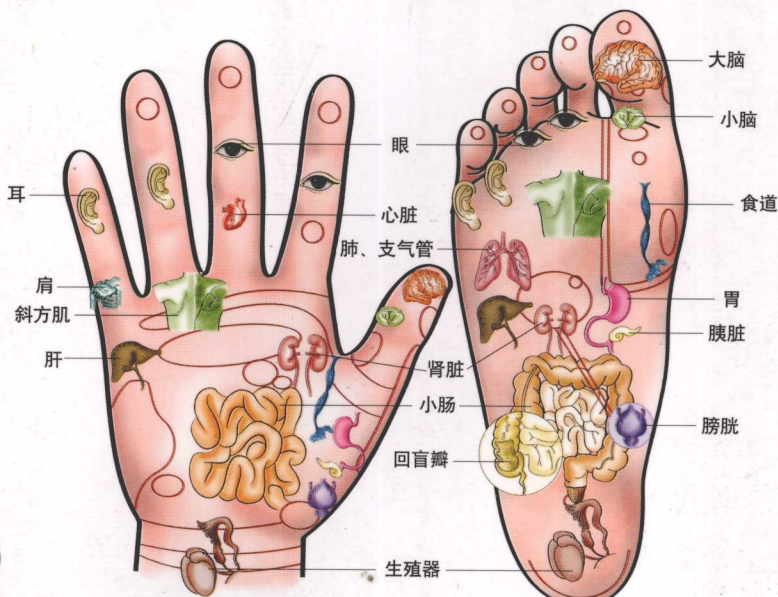
钻孔式按摩



十条经络学说



足背足底与人体的对应位置



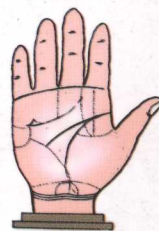
手、足部反射区



手部穴位按摩



十条经络学说



手掌九丘划分

按联合国教科文组织关于现代先进诊断技术标准（无痛苦、无创伤、简便易行）衡量，手诊和脚诊将成为最现代化、最科学的诊断方法。

唐颐/著

陕西师范大学出版社

中国医药报 2013年11月11日 星期一

# 手脚治病养生

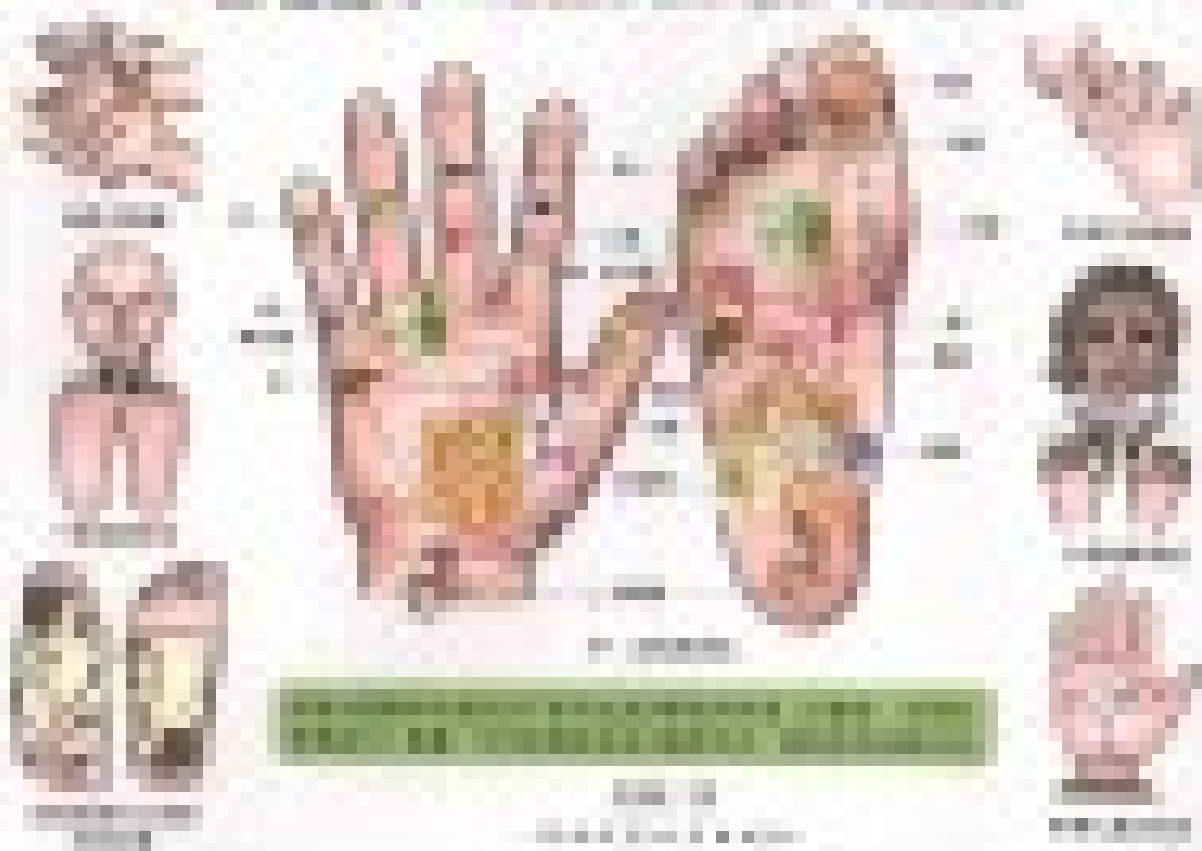
图文

百科

健康

## 通过手实用的家庭诊断大全

- 掌色人相：PINKISH ORANGE AND REDNESS
- 指纹诊断：REDS IN THE PALM



通过手实用的家庭诊断大全

中国医药报 2013年11月11日 星期一

图书在版编目 (CIP) 数据

手脚治病养生图文百科 1000 问 / 唐颐著.

—西安: 陕西师范大学出版社, 2009.5

ISBN 978-7-5613-4652-5

I. 手… II. 唐… III. ①掌纹—望诊(中医)—问答

②足—按摩疗法(中医)—问答

IV. R241.29-44 R244.1-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 057229 号

图书代号: SK9N0442



丛书主编 / 黄利

监制 / 万夏

项目创意 / 设计制作 / 紫圖書 ZITU®

手脚治病养生图文百科 1000 问

唐颐 / 著

责任编辑 / 周宏

出版发行 / 陕西师范大学出版社

经销 / 新华书店

印刷 / 北京兆成印刷有限责任公司

版次 / 2009 年 7 月第 1 版

印次 / 2009 年 7 月第 1 次印刷

开本 / 787 毫米 × 1092 毫米 1/16 36.5 印张

字数 / 270 千

书号 / ISBN 978-7-5613-4652-5

定价 / 68.00 元

如有印装质量问题, 请寄回印刷厂调换









12

手掌旺命预测诊病 足底按摩祛病延年  
简便快捷 丰富全面

# 手脚治病养生 图文百科 1000 问

最经济实用的家庭诊疗大全



## 手掌穴道图解

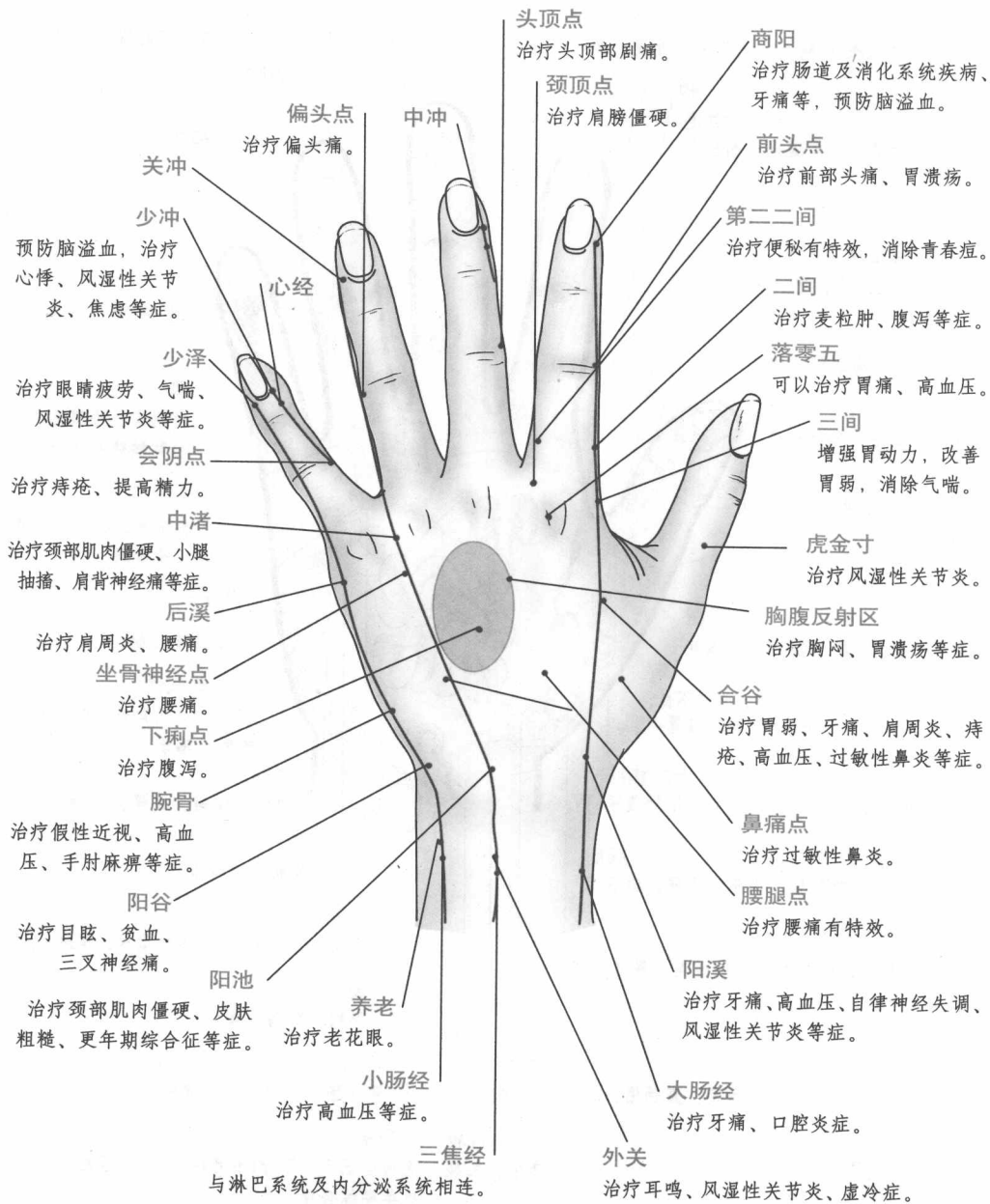
手掌是人体疾病征兆的中心区，手掌上的经络和穴位对人体健康有着重要的作用。





# 手背穴道图解

手背上的穴位对人体健康也有不小的影响，手部按摩时能起到很大作用。

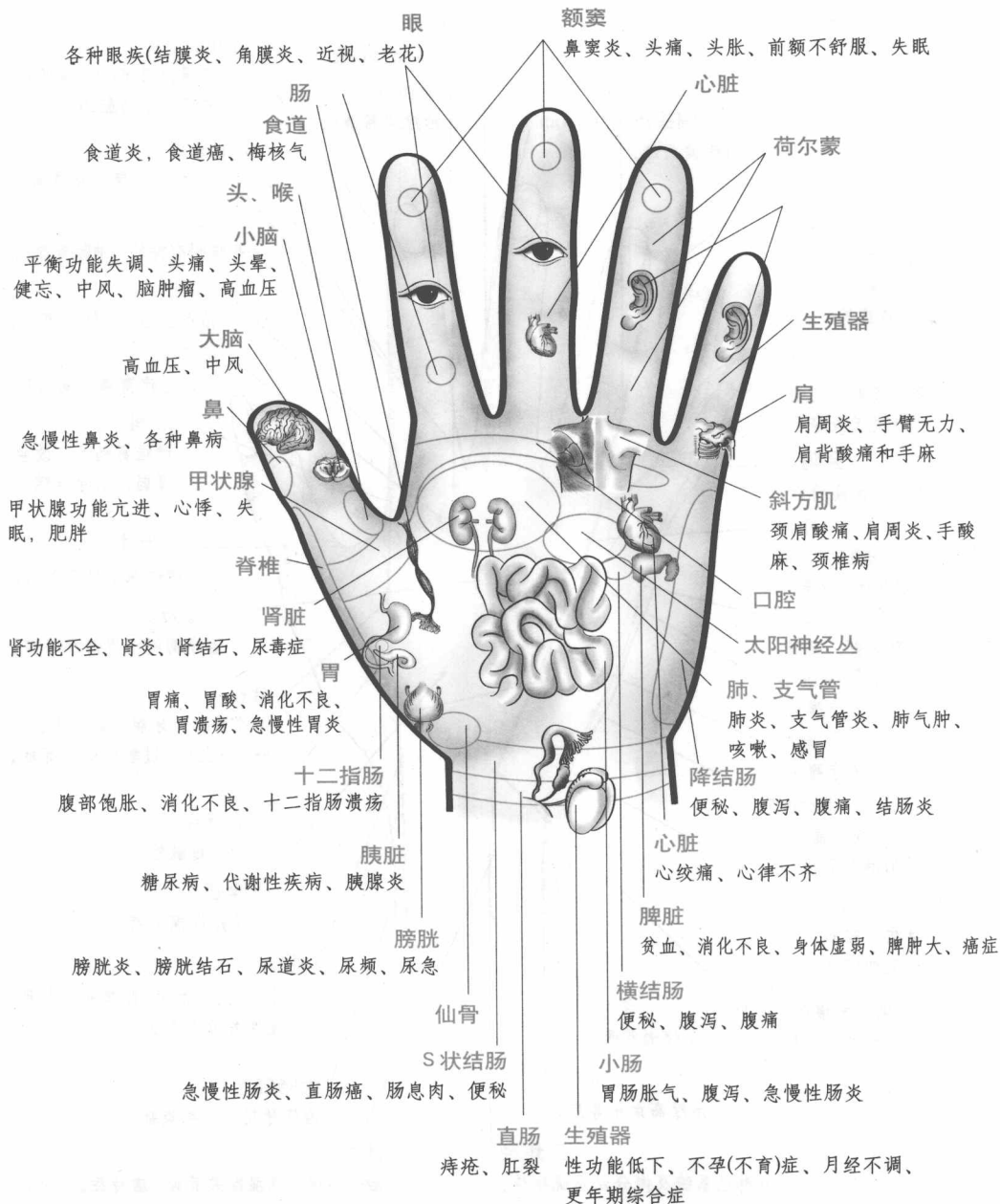






# 手掌反射区

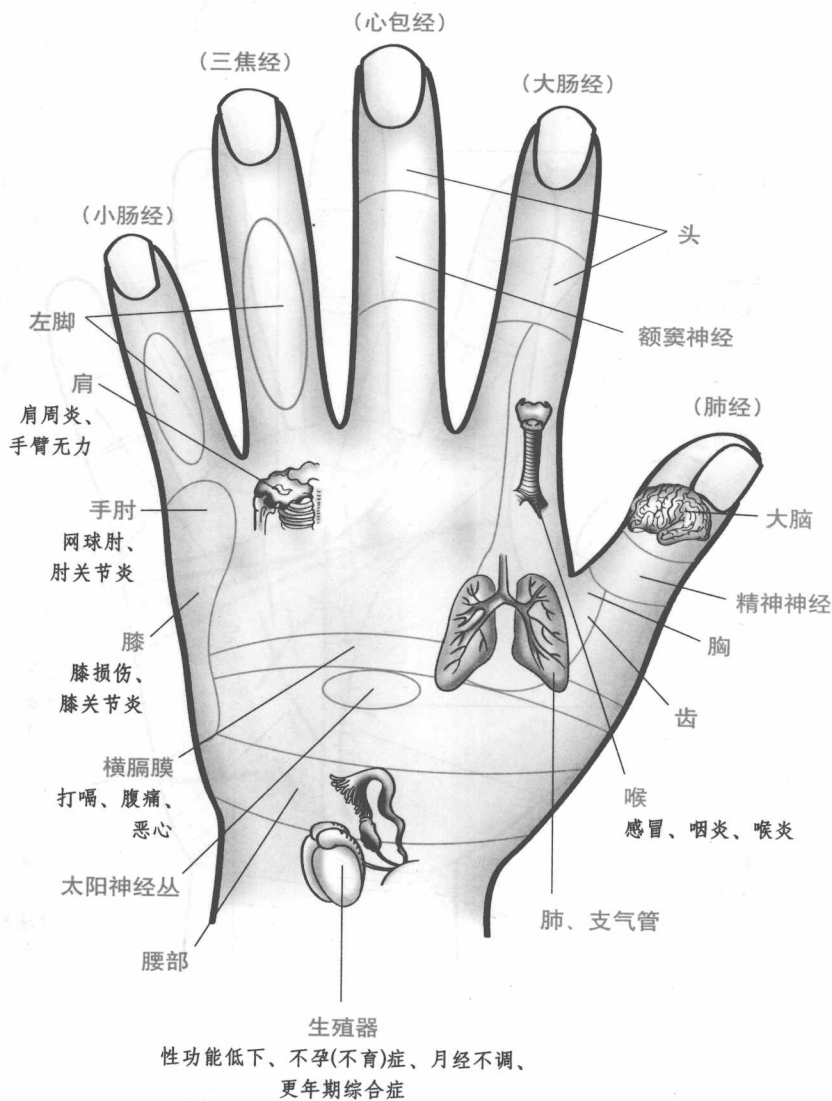
手掌代表着人体的正面，其反射区和人体内脏是一一对应的。





# 手背反射区

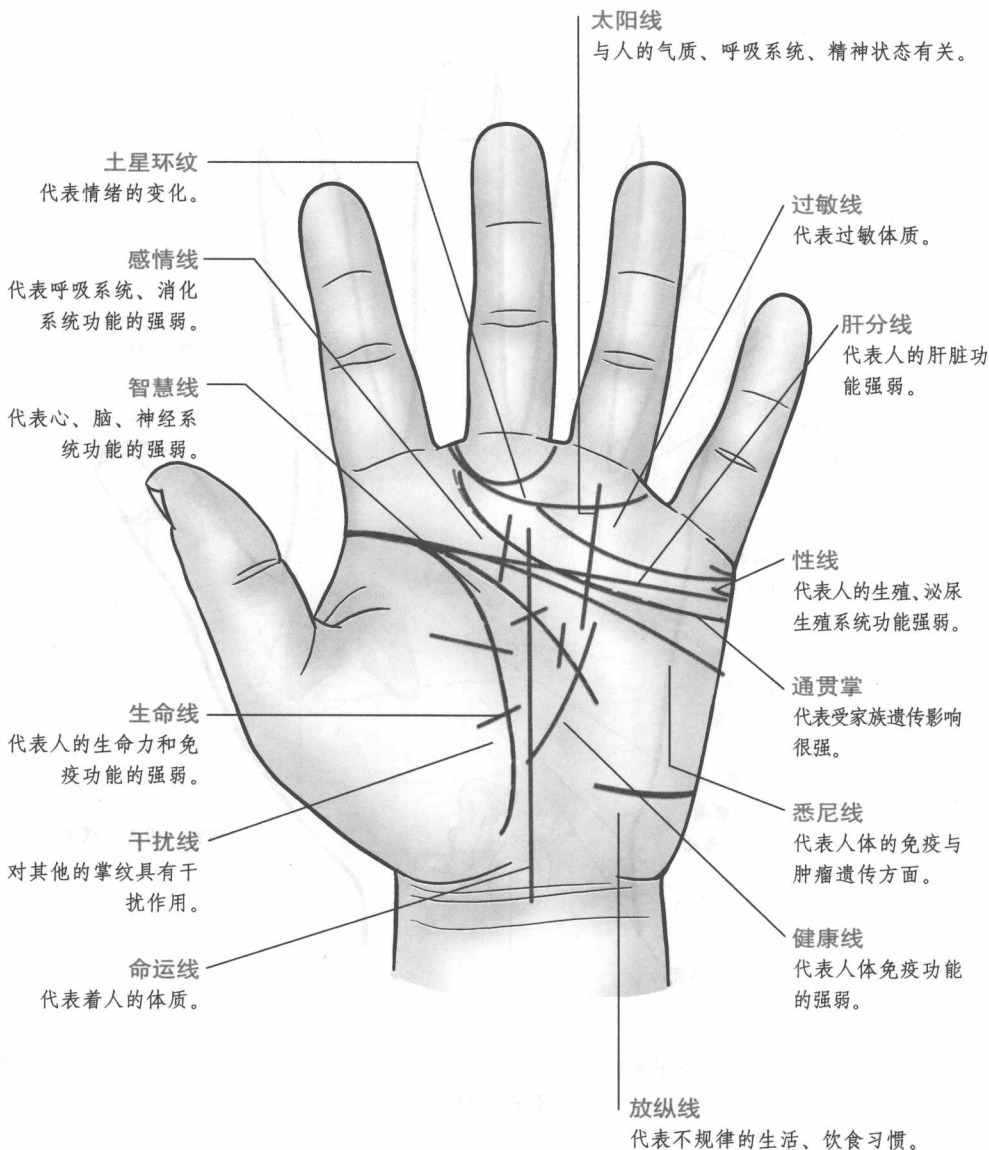
按摩手背上的反射区，可以发现相应器官的异常并进行调理。





## 手掌掌纹图解

掌纹可以反映出一个人的遗传因素、体质、性格，以及身体的健康状况。





## 各式各样的指甲

指甲的不同颜色、形状等，也可以反映出一个人身体的健康状况来。



扁平甲



小指甲



宽指甲



短指甲



纵纹甲



大指甲



汤匙甲



细长甲



歪斜甲



圆形甲



贝形甲



横纹甲



下钩甲



外翻甲



沟槽甲



凹陷甲

## 各式各样的掌纹

这些异常的病理掌纹，出现在不同的位置，也代表着不同的病征。



星状纹



十字纹



岛纹



井字纹



波状纹



穗状纹



链状纹



网形纹



三角纹



支形纹



障碍线



断纹



斑点纹



角纹



倒钩纹

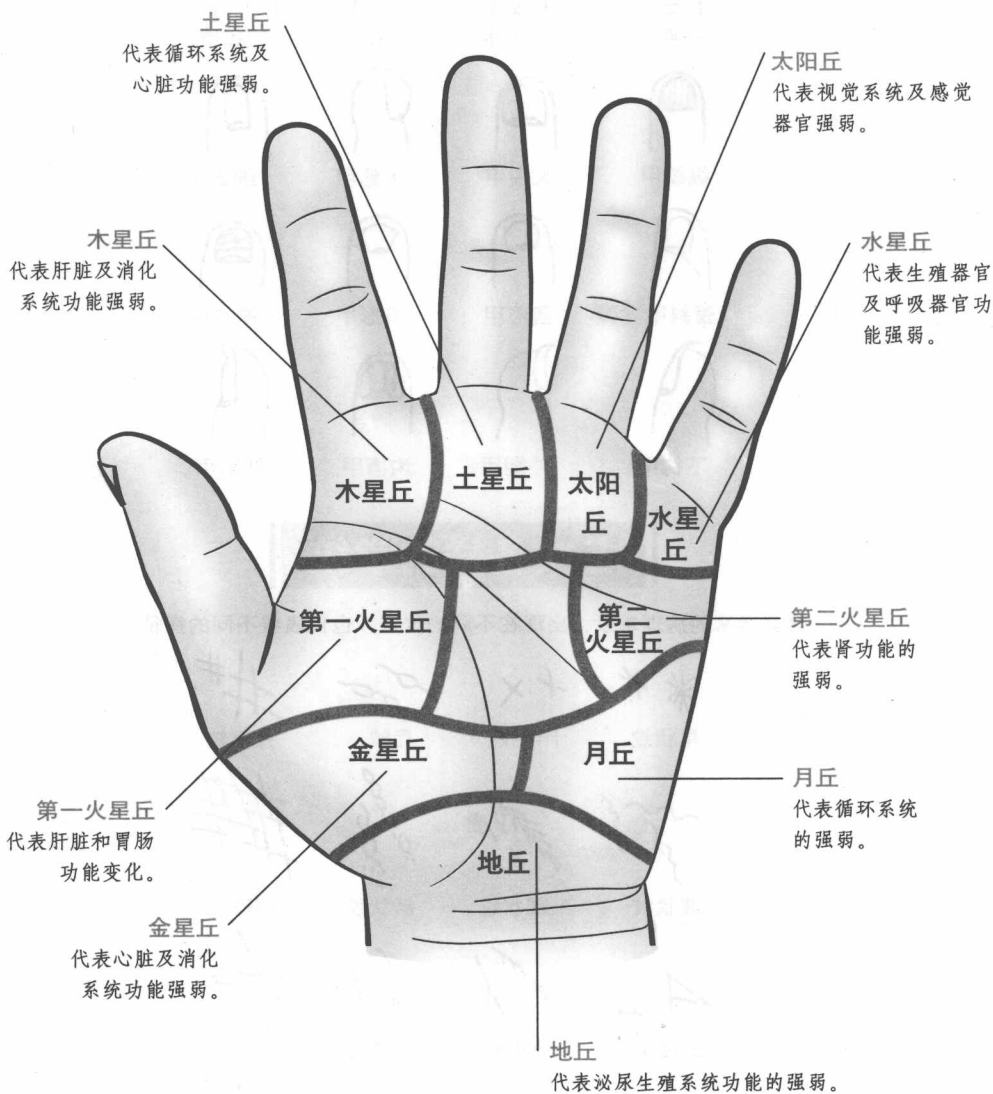


环形纹



## 手掌九星丘划分法

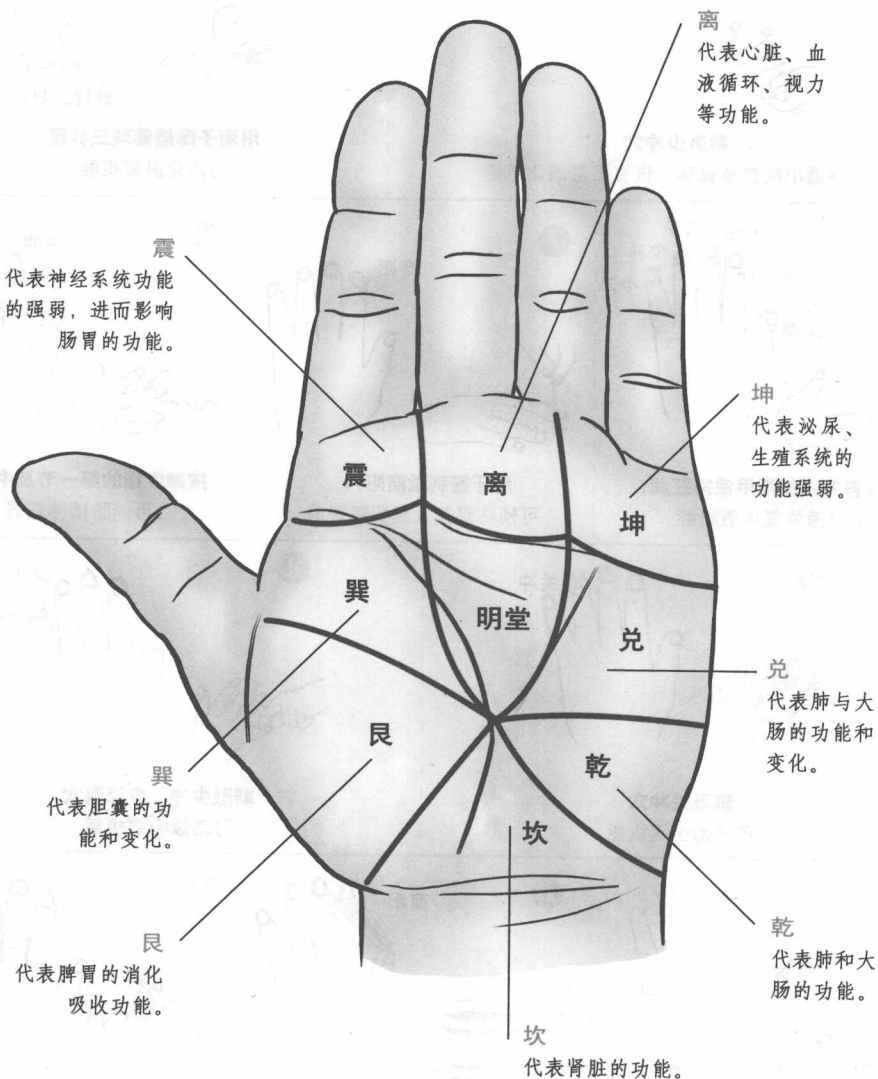
手相学根据宇宙中太阳系的星体，将手掌划分为九个星丘。各星丘代表着不同的命理和病理意义。





## 手掌九宫八卦划分法

我国古代将手掌分为九个宫区，各宫对应不同的人体脏腑器官。通过不同宫的颜色、纹路、形态，来判断所对应脏腑的健康状况。



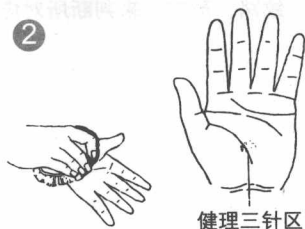


## 各式病症的手部按摩

通过手部穴位按摩，可促进血液循环，加快新陈代谢，调理对应脏腑的功能。



**刺激少冲穴**  
可畅通小肠血液循环，恢复正常消化机能



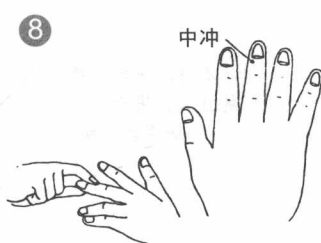
**用刷子摩擦健理三针区**  
可活化肝脏机能



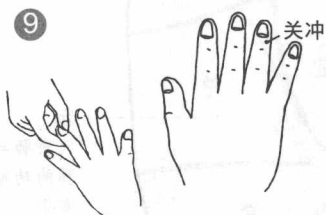
**指压各井穴使指甲保持红润，**  
可迅速恢复内脏机能



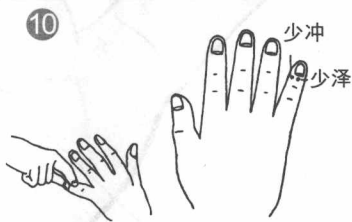
**用牙签刺激商阳穴，**  
可预防胃及大肠机能衰退



**按摩中指的第一节及中冲穴**  
可消除精神衰弱



**刺激关冲穴**  
可平衡生理机能



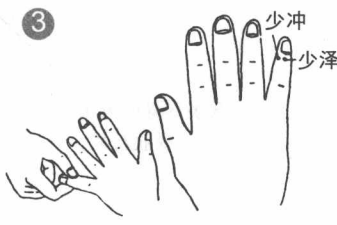
**刺激少冲、少泽两穴**  
可活泼心脏机能



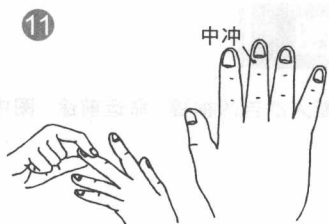
**刺激少泽穴**  
可促进呼吸、胃肠各器官血液循环



**用洗衣夹刺激商阳穴**  
可恢复消化器官的正常机能



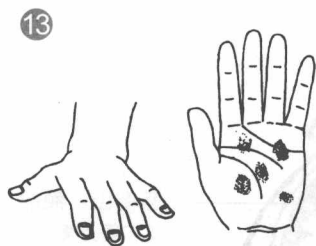
**每天刺激少冲、少泽两穴**  
可提高心脏、泌尿器官机能



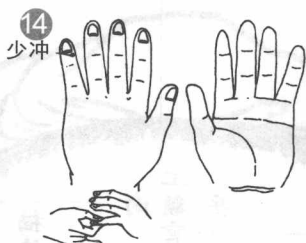
指压指甲床出现纵纹的井穴。  
可促进新陈代谢



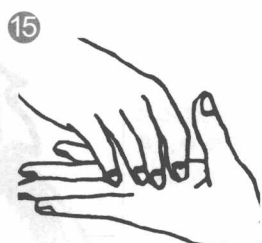
细心地指压商阳穴  
可畅通脑部血液循环



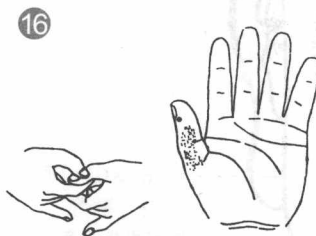
以伏地挺身刺激手掌  
可畅通全内脏血液循环



刺激少冲穴，  
可消除与心脏有关部位的长茧



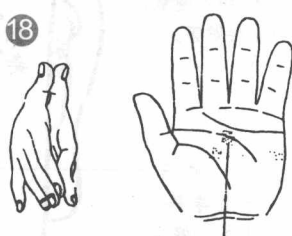
刺激多汗点，  
既可止汗，又可消除紧张



刺激少商穴  
可促进呼吸器官血液通畅



关冲穴不再感觉疼痛，  
表示肝、胆机能恢复正常



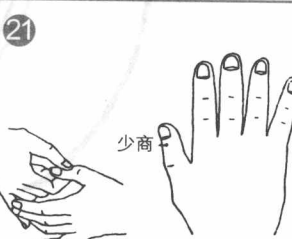
两手互相摩擦  
可刺激心包区，使头脑清晰



刺激少商穴  
可提高胰脏机能



持续指压肝穴  
可活泼肝机能



刺激少商穴  
可预防消化器官障碍



