穴位大图说系列
XUE WEI DA TU SHUO XI LIE

男性经络穴位高清图册

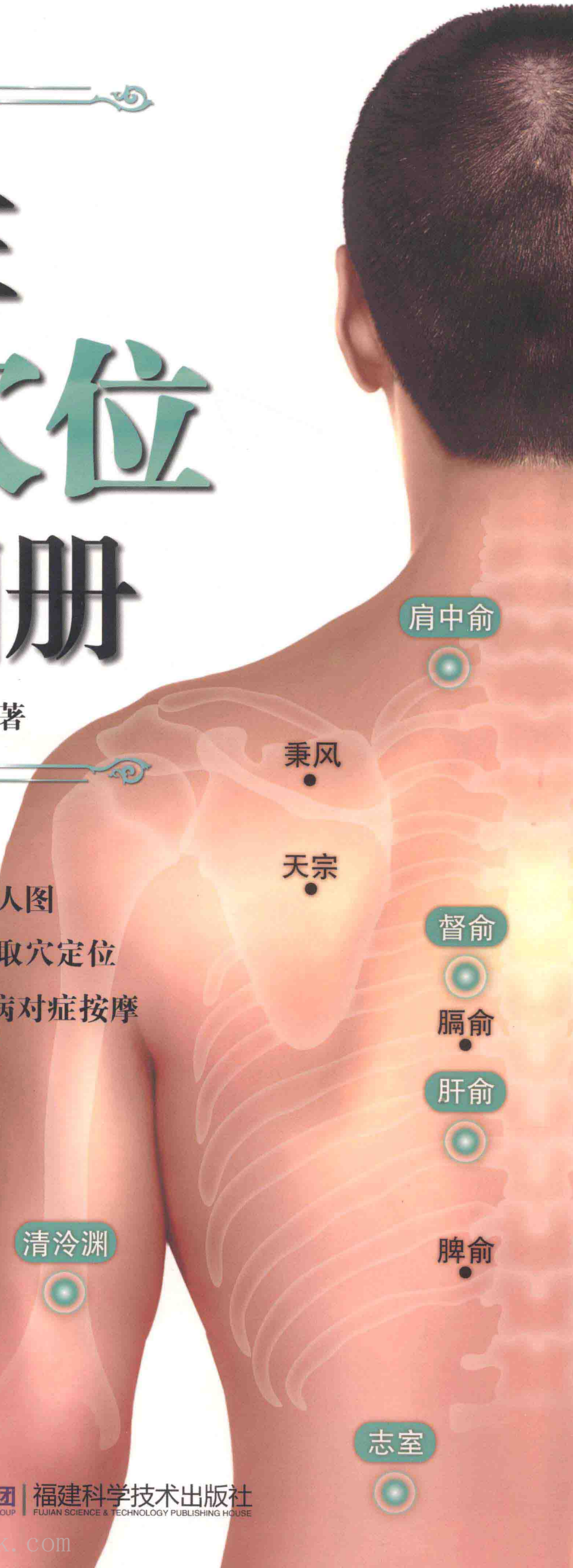
老中医养生堂 编著

近250张高清标准全彩真人图

361个经穴和48个经外奇穴的取穴定位

48种养生保健按摩及男性常见病对症按摩

附赠
人体经络穴位速查手册



海峡出版发行集团 THE STRAITS PUBLISHING & DISTRIBUTING GROUP
福建科学技术出版社 FUJIAN SCIENCE & TECHNOLOGY PUBLISHING HOUSE

需要全本请访问 www.ertongbook.com

男性经络穴位高清图册

老中医养生堂 编著

海峡出版发行集团 THE STRAITS PUBLISHING & DISTRIBUTING GROUP
福建科学技术出版社 FUJIAN SCIENCE & TECHNOLOGY PUBLISHING HOUSE

图书在版编目（CIP）数据

男性经络穴位高清图册 / 老中医养生堂编著. —福州 : 福建科学技术出版社, 2014.6（2017.5 重印）
ISBN 978-7-5335-4505-5

Ⅰ. ①男… Ⅱ. ①老… Ⅲ. ①男性－经络－图集②男性－穴位－图集 Ⅳ. ①R224.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2014）第 032519 号

书　　名　男性经络穴位高清图册
　　穴位大图说系列
编　　著　老中医养生堂
出版发行　海峡出版发行集团
　　福建科学技术出版社
社　　址　福州市东水路 76 号（邮编 350001）
网　　址　www.fjstp.com
经　　销　福建新华发行（集团）有限责任公司
印　　刷　福州德安彩色印刷有限公司
开　　本　787 毫米 ×1092 毫米　1/8
印　　张　6
图　　文　48 码
版　　次　2014 年 6 月第 1 版
印　　次　2017 年 5 月第 5 次印刷
书　　号　ISBN 978-7-5335-4505-5
定　　价　30.00 元

书中如有印装质量问题，可直接向本社调换

目录

第一章　手太阴肺经 4
第二章　手阳明大肠经 6
第三章　足阳明胃经 8
第四章　足太阴脾经 12
第五章　手少阴心经 14
第六章　手太阳小肠经 16
第七章　足太阳膀胱经 18
第八章　足少阴肾经 22
第九章　手厥阴心包经 24
第十章　手少阳三焦经 26
第十一章　足少阳胆经 28
第十二章　足厥阴肝经 31
第十三章　督脉 33
第十四章　任脉 36
第十五章　经外奇穴 38
超速效养生疗疾按摩法 41

1. 强腰壮肾 /41
2. 强筋健骨 /41
3. 明目养肝 /41
4. 补心健脑 /41
5. 缓解压力 /41
6. 延年益寿 /41
7. 阳痿 /42
8. 早泄 /42
9. 遗精 /42
10. 睾丸炎 /42
11. 前列腺炎 /42
12. 男性不育症 /42
13. 不射精症 /43
14. 前列腺囊肿 /43
15. 少精子症 /43
16. 男性更年期综合征 /43
17. 感冒 /43
18. 发热 /43
19. 咳嗽 /44
20. 哮喘 /44
21. 高血压 /44
22. 冠心病 /44
23. 呕吐 /44
24. 胃痛 /44
25. 腹泻 /45
26. 便秘 /45
27. 糖尿病 /45
28. 高脂血症 /45
29. 头痛 /45
30. 失眠 /45
31. 健忘 /46
32. 牙痛 /46
33. 慢性咽炎 /46
34. 慢性鼻炎 /46
35. 耳鸣、耳聋 /46
36. 落枕 /46
37. 颈椎病 /47
38. 肩周炎 /47
39. 网球肘（肱骨外上髁炎）/47
40. 急性腰扭伤 /47
41. 腰痛 /47
42. 坐骨神经痛 /47
43. 膝关节炎 /48
44. 斑秃 /48
45. 痤疮 /48
46. 减肥 /48
47. 黑眼圈 /48
48. 戒烟 /48

男性经络穴位高清图册

老中医养生堂 编著

海峡出版发行集团 | 福建科学技术出版社
THE STRAITS PUBLISHING & DISTRIBUTING GROUP | FUJIAN SCIENCE & TECHNOLOGY PUBLISHING HOUSE

需要全本请访问 www.ertongbook.com

图书在版编目（CIP）数据

男性经络穴位高清图册 / 老中医养生堂编著. —福州 : 福建科学技术出版社, 2014.6（2017.5 重印）
ISBN 978-7-5335-4505-5

Ⅰ. ①男… Ⅱ. ①老… Ⅲ. ①男性－经络－图集②男性－穴位－图集 Ⅳ. ①R224.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2014）第 032519 号

书　　名　男性经络穴位高清图册
　　穴位大图说系列
编　　著　老中医养生堂
出版发行　海峡出版发行集团
　　福建科学技术出版社
社　　址　福州市东水路 76 号（邮编 350001）
网　　址　www.fjstp.com
经　　销　福建新华发行（集团）有限责任公司
印　　刷　福州德安彩色印刷有限公司
开　　本　787 毫米 ×1092 毫米　1/8
印　　张　6
图　　文　48 码
版　　次　2014 年 6 月第 1 版
印　　次　2017 年 5 月第 5 次印刷
书　　号　ISBN 978-7-5335-4505-5
定　　价　30.00 元

书中如有印装质量问题，可直接向本社调换

目录

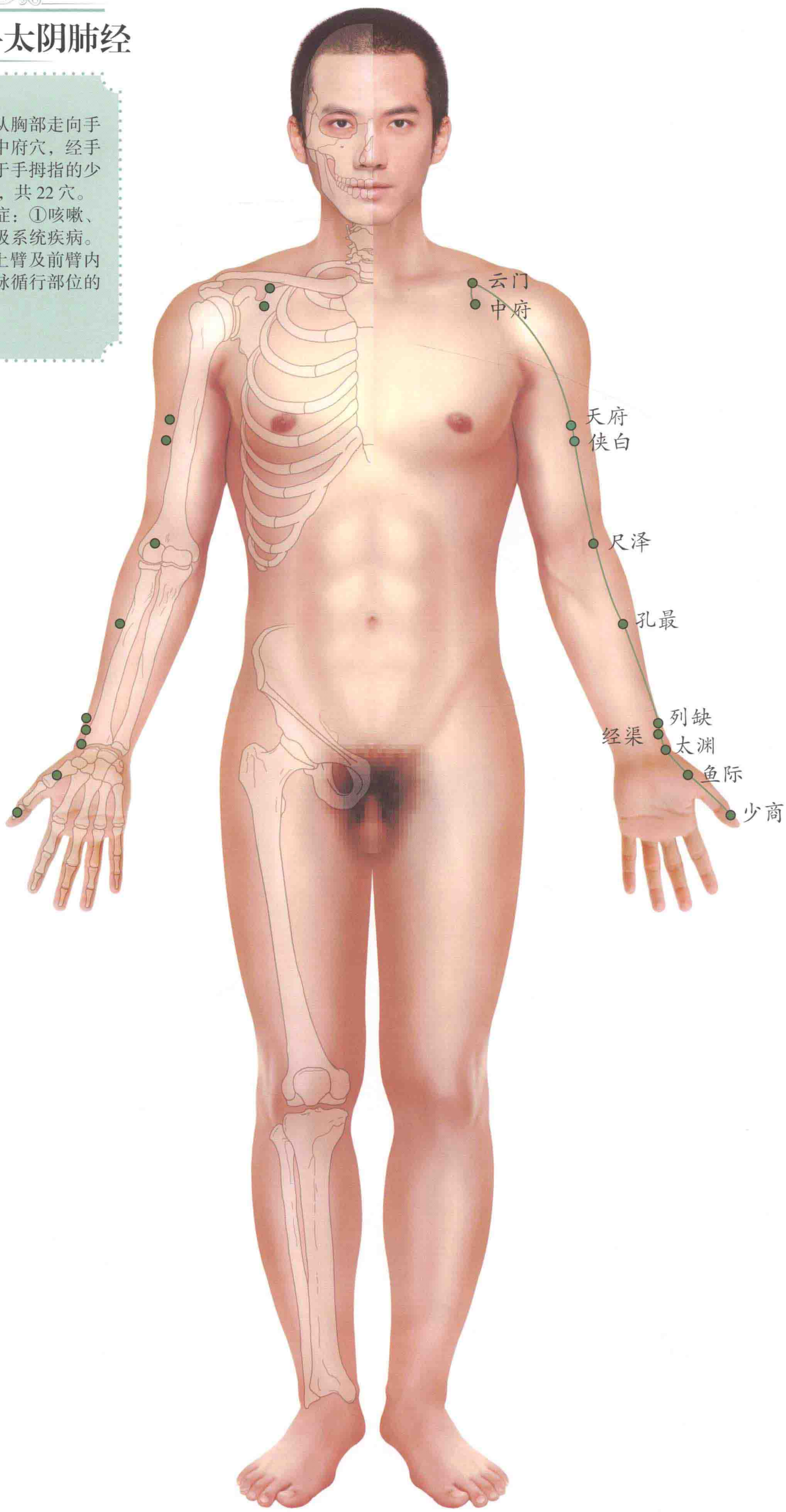
第一章　手太阴肺经 4
第二章　手阳明大肠经 6
第三章　足阳明胃经 8
第四章　足太阴脾经 12
第五章　手少阴心经 14
第六章　手太阳小肠经 16
第七章　足太阳膀胱经 18
第八章　足少阴肾经 22
第九章　手厥阴心包经 24
第十章　手少阳三焦经 26
第十一章　足少阳胆经 28
第十二章　足厥阴肝经 31
第十三章　督脉 33
第十四章　任脉 36
第十五章　经外奇穴 38
超速效养生疗疾按摩法 41

1. 强腰壮肾 /41
2. 强筋健骨 /41
3. 明目养肝 /41
4. 补心健脑 /41
5. 缓解压力 /41
6. 延年益寿 /41
7. 阳痿 /42
8. 早泄 /42
9. 遗精 /42
10. 睾丸炎 /42
11. 前列腺炎 /42
12. 男性不育症 /42
13. 不射精症 /43
14. 前列腺囊肿 /43
15. 少精子症 /43
16. 男性更年期综合征 /43
17. 感冒 /43
18. 发热 /43
19. 咳嗽 /44
20. 哮喘 /44
21. 高血压 /44
22. 冠心病 /44
23. 呕吐 /44
24. 胃痛 /44
25. 腹泻 /45
26. 便秘 /45
27. 糖尿病 /45
28. 高脂血症 /45
29. 头痛 /45
30. 失眠 /45
31. 健忘 /46
32. 牙痛 /46
33. 慢性咽炎 /46
34. 慢性鼻炎 /46
35. 耳鸣、耳聋 /46
36. 落枕 /46
37. 颈椎病 /47
38. 肩周炎 /47
39. 网球肘（肱骨外上髁炎）/47
40. 急性腰扭伤 /47
41. 腰痛 /47
42. 坐骨神经痛 /47
43. 膝关节炎 /48
44. 斑秃 /48
45. 痤疮 /48
46. 减肥 /48
47. 黑眼圈 /48
48. 戒烟 /48

第一章　手太阴肺经

手太阴肺经从胸部走向手指，起于胸部的中府穴，经手臂内侧前缘，止于手拇指的少商穴，每侧 11 穴，共 22 穴。

肺经主治病症：①咳嗽、气急、喘息等呼吸系统疾病。②心烦、胸闷、上臂及前臂内侧疼痛不适等经脉循行部位的疾患。

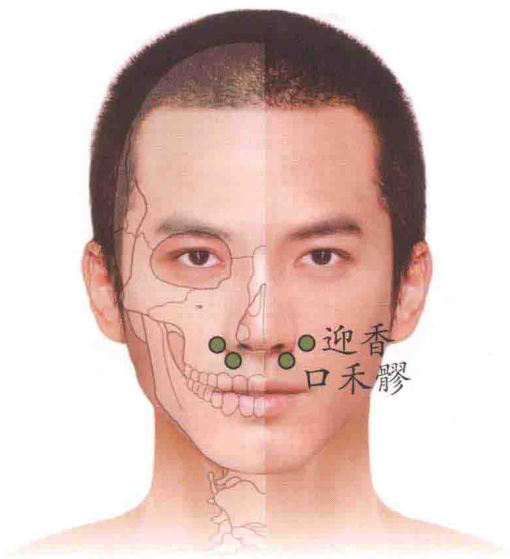


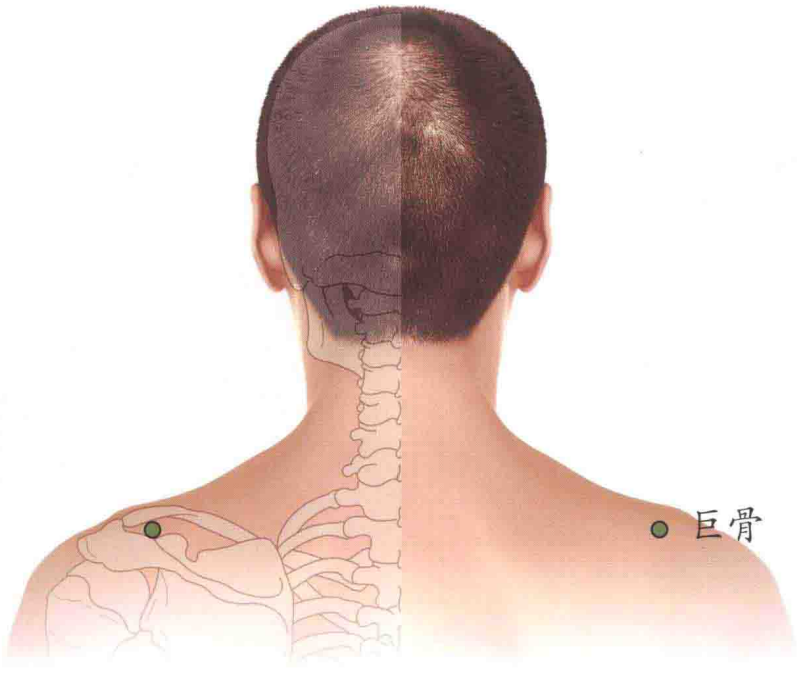
云门
1寸
中府
三角肌
3寸
天府
侠白
6寸
尺泽
曲泽
肱二头肌腱
肱二头肌
尺泽
5寸
孔最
7寸
列缺
经渠
桡动脉
太渊
鱼际
少商

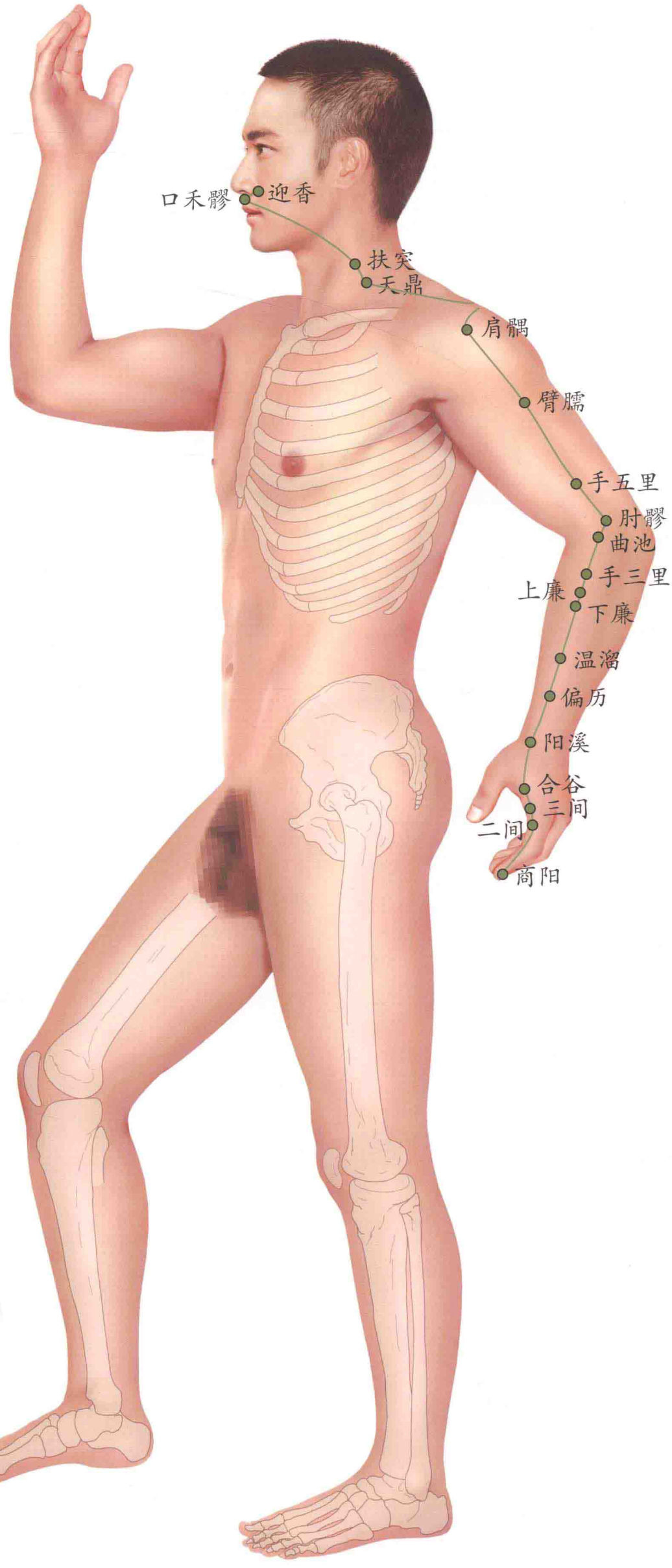
第二章　手阳明大肠经

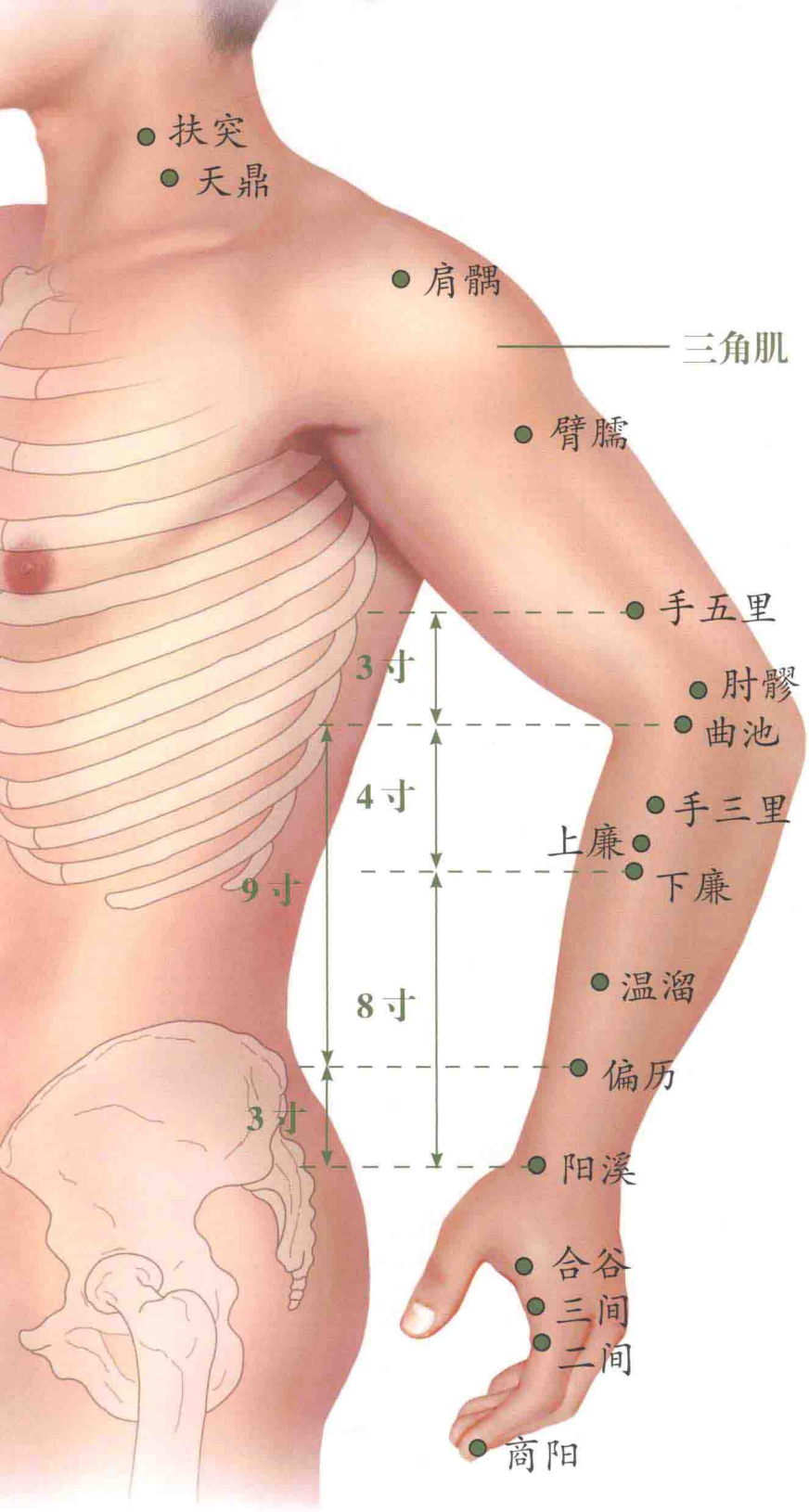
手阳明大肠经起于食指末端的商阳穴，沿手臂外侧经过肩头，止于脸部鼻子旁的迎香穴。本经一侧 20 穴，左右两侧共 40 穴。

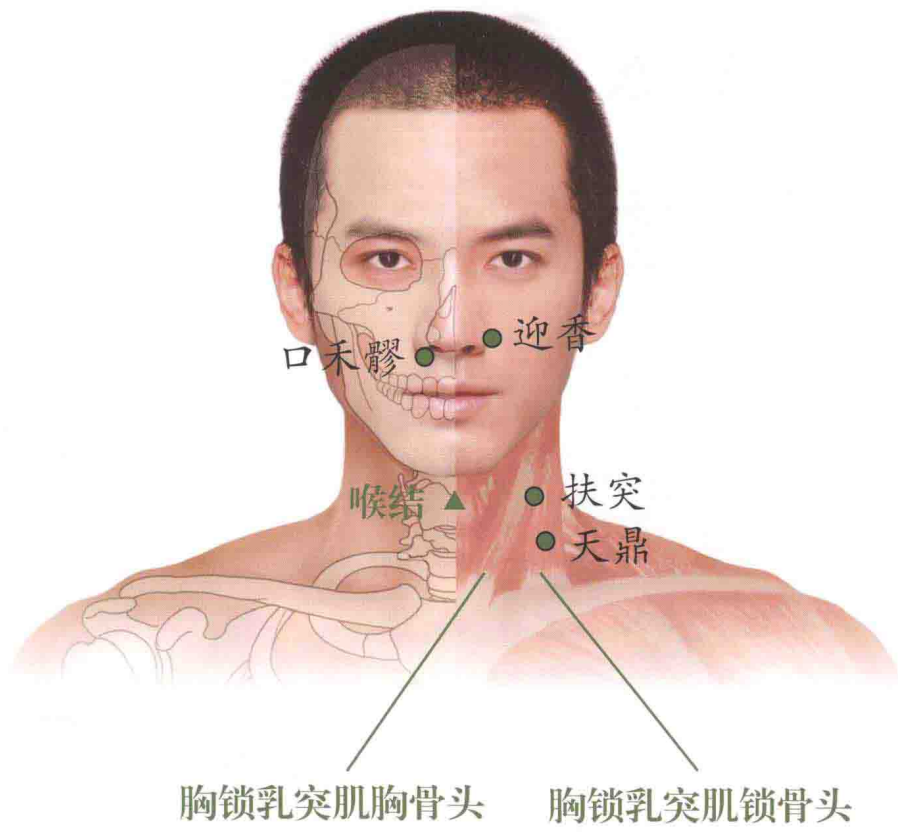
大肠经主治病症：①目赤、咽喉肿痛、齿痛、口㖞（口歪）、耳鸣耳聋等头面五官疾患。②中暑、发热等热病。③腹痛、腹泻、便秘等肠胃病。④上臂部疼痛等经脉循行部位的疾患。



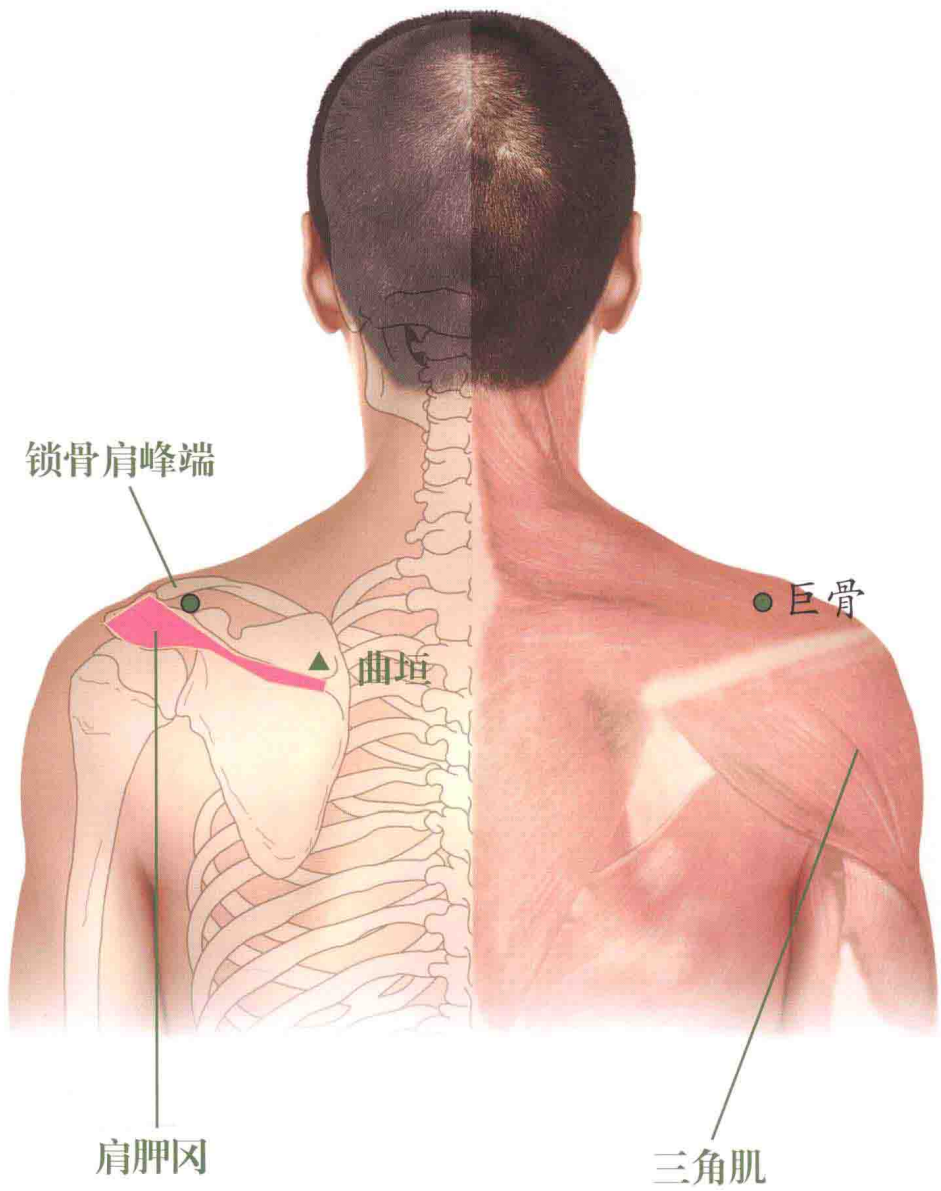










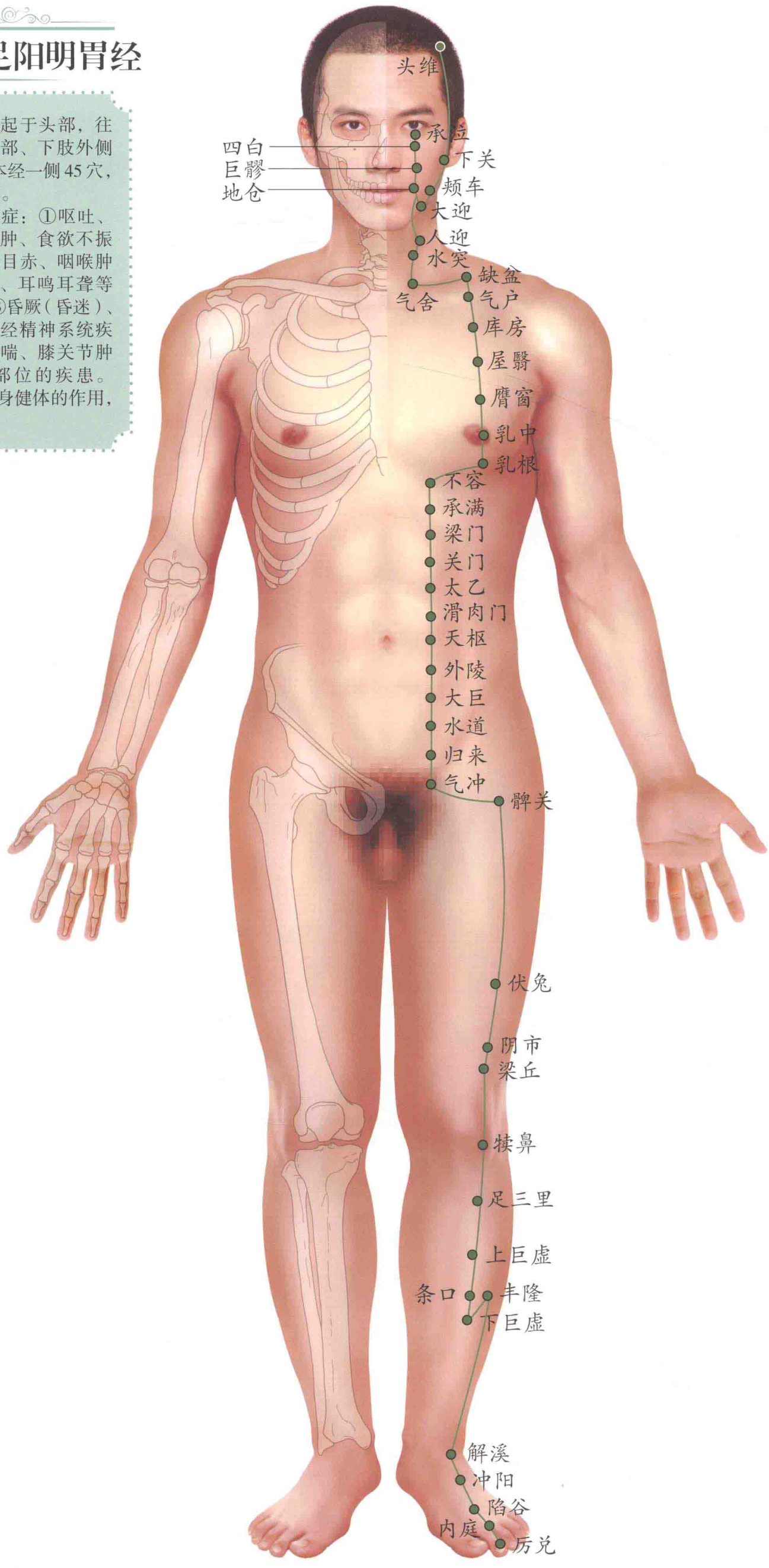


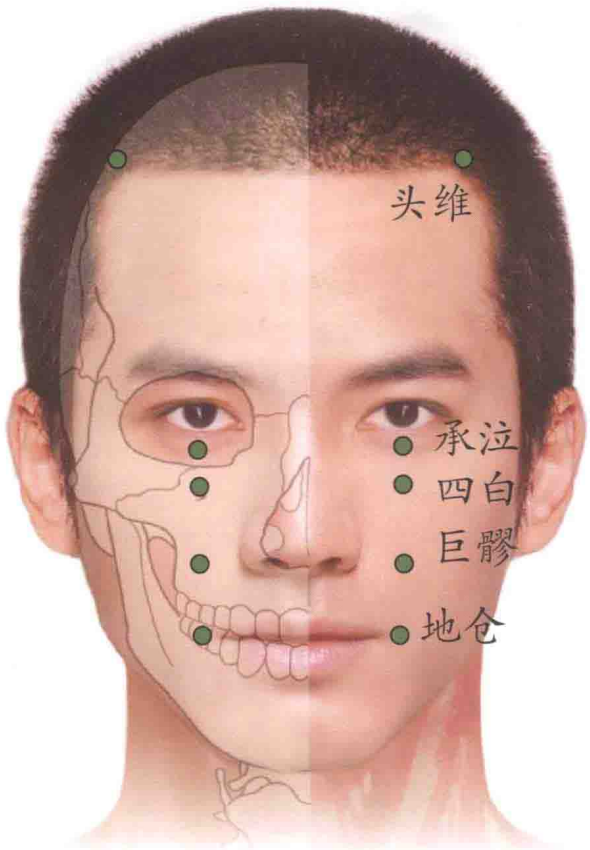
需要全本请访问 www.ertongbook.com

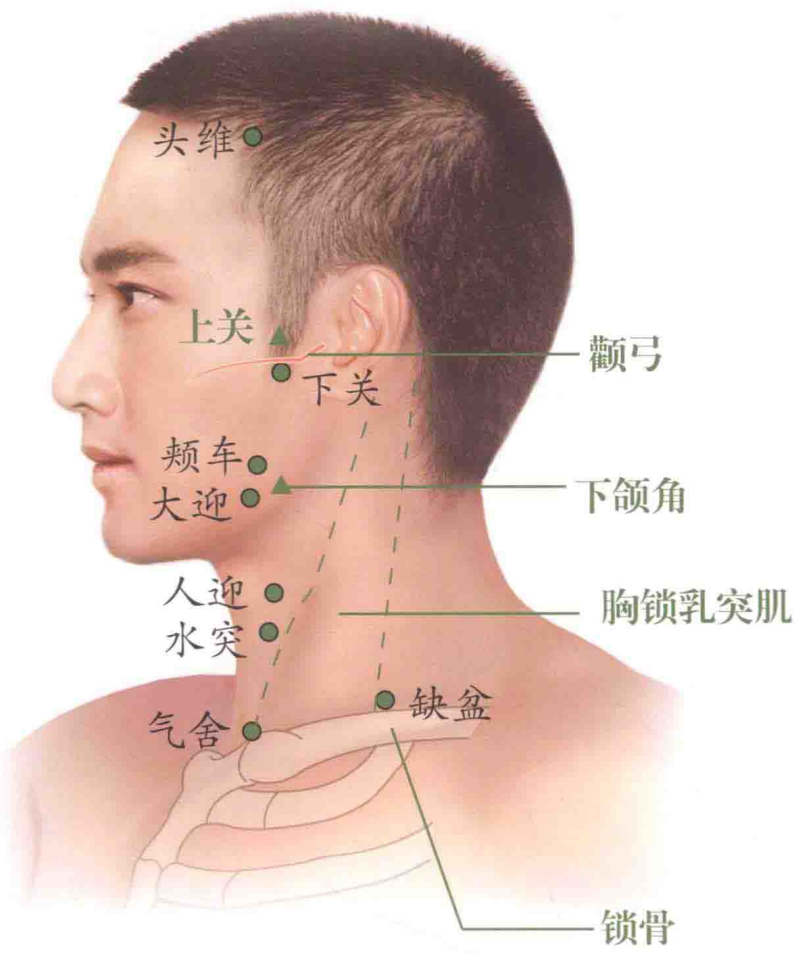
第三章　足阳明胃经

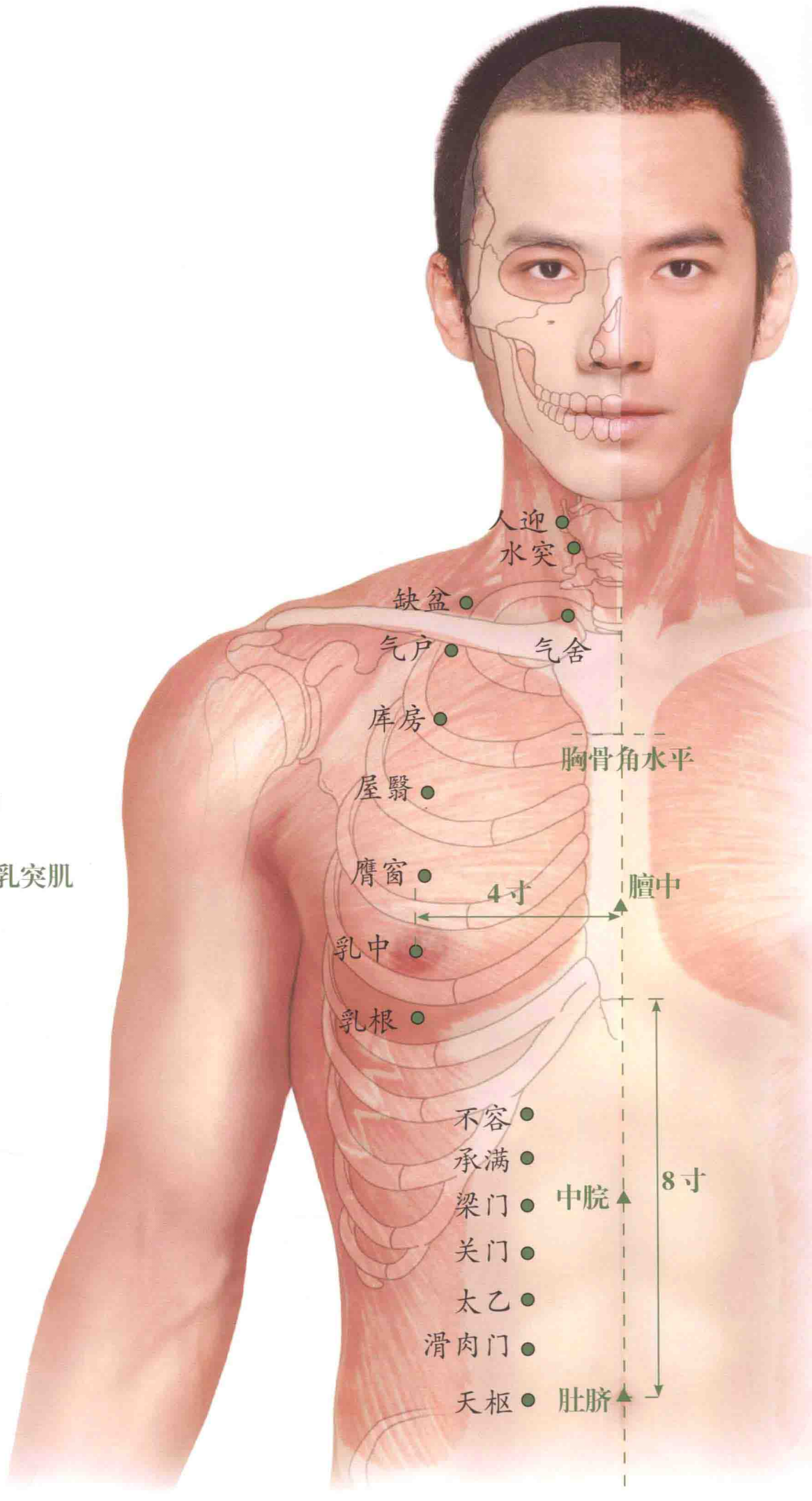
足阳明胃经起于头部，往下经过胸部、腹部、下肢外侧前缘达到脚背。本经一侧45穴，左右两侧共90穴。

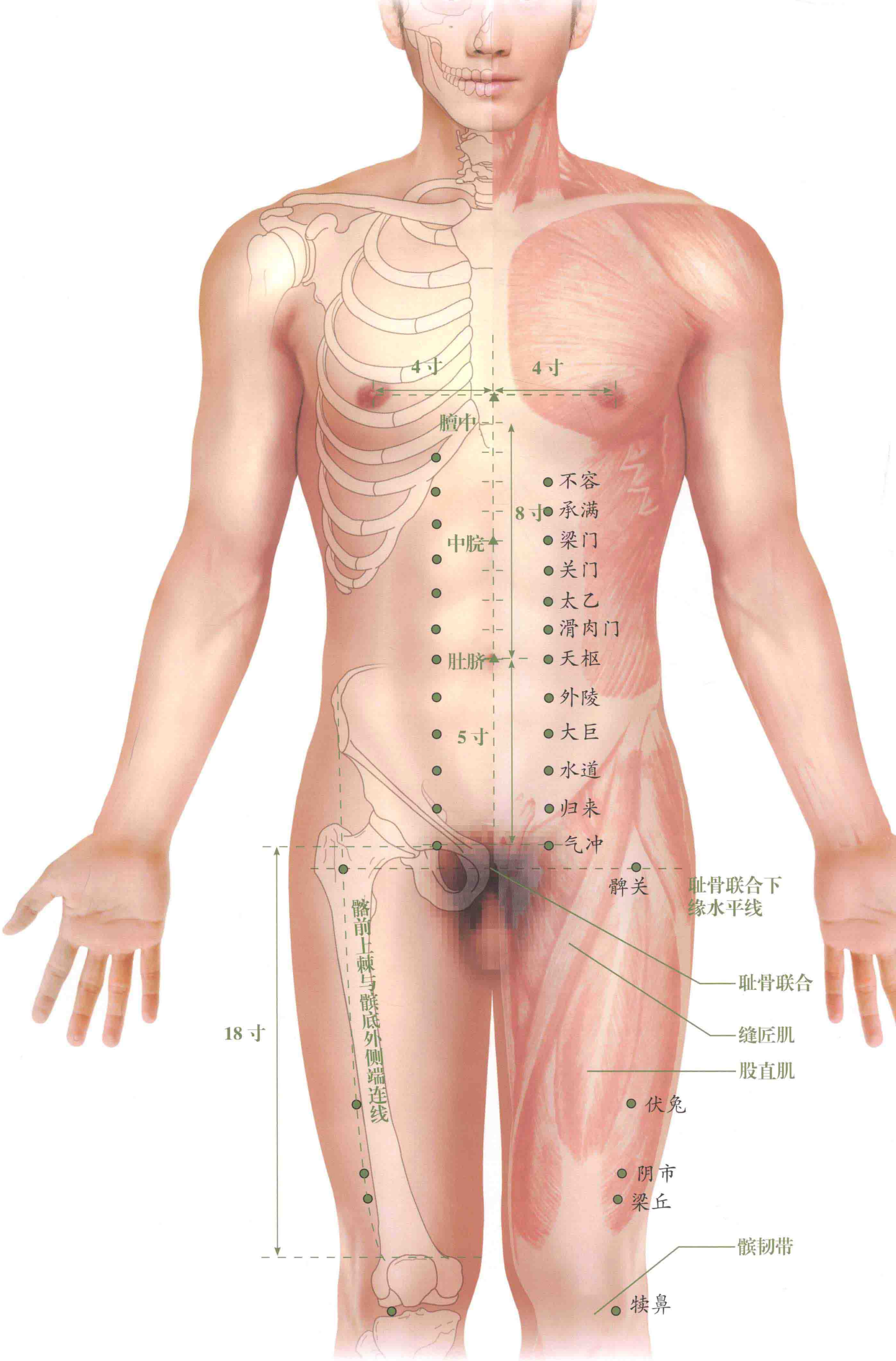
胃经主治病症：①呕吐、腹胀、腹痛、水肿、食欲不振等肠胃疾病。②目赤、咽喉肿痛、齿痛、口歪、耳鸣耳聋等头面五官疾患。③昏厥（昏迷）、癫狂、中风等神经精神系统疾病。④咳嗽、气喘、膝关节肿痛等经脉循行部位的疾患。⑤部分腧穴有强身健体的作用，常用于日常保健。

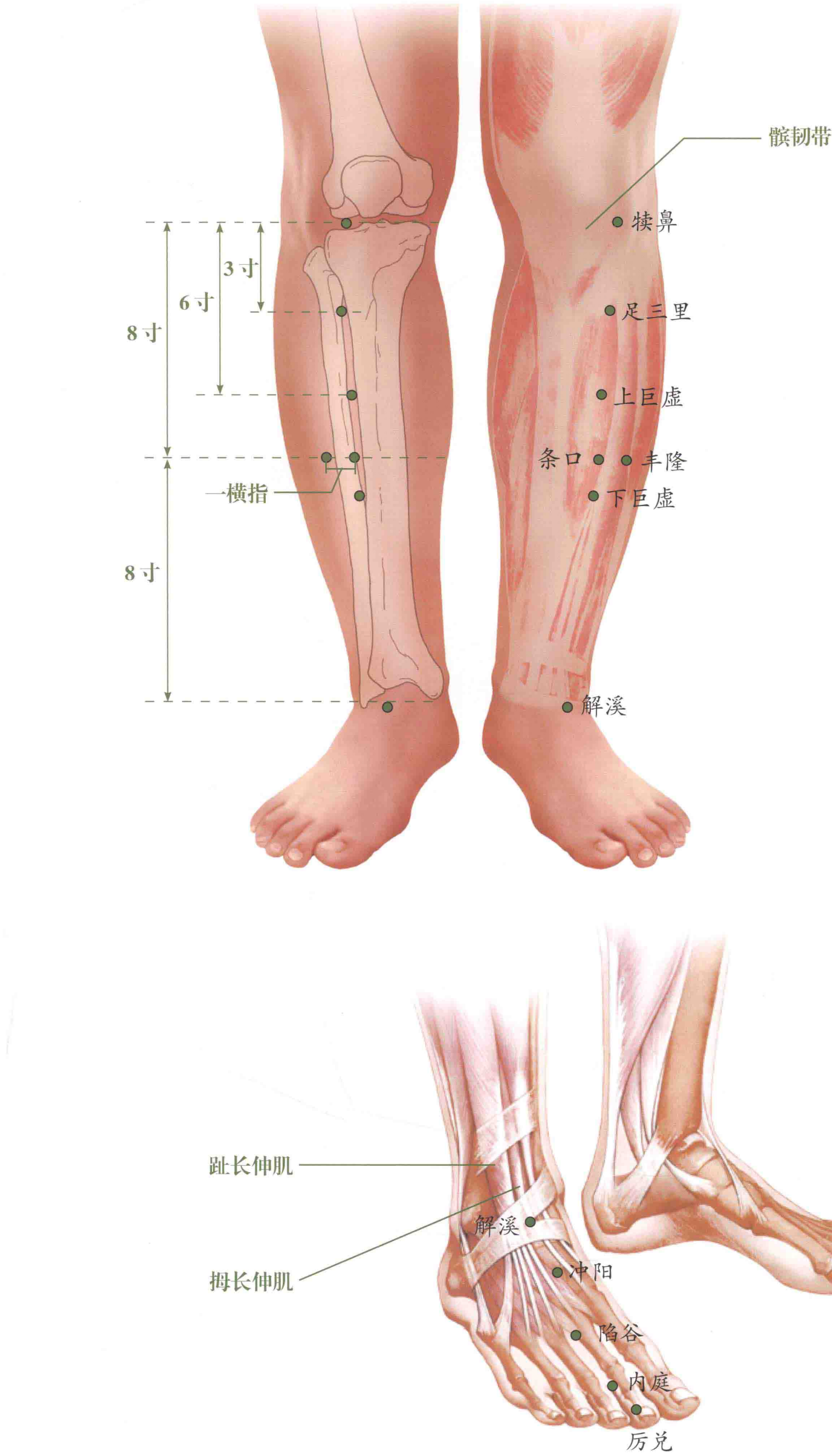



头维
承泣
四白
巨髎
地仓


头维
上关
颧弓
下关
颊车
大迎
下颌角
人迎
水突
胸锁乳突肌
气舍
缺盆
锁骨


人迎
水突
缺盆
气户
气舍
库房
胸骨角水平
屋翳
膺窗
4寸
膻中
乳中
乳根
不容
承满
梁门
中脘
8寸
关门
太乙
滑肉门
天枢
肚脐

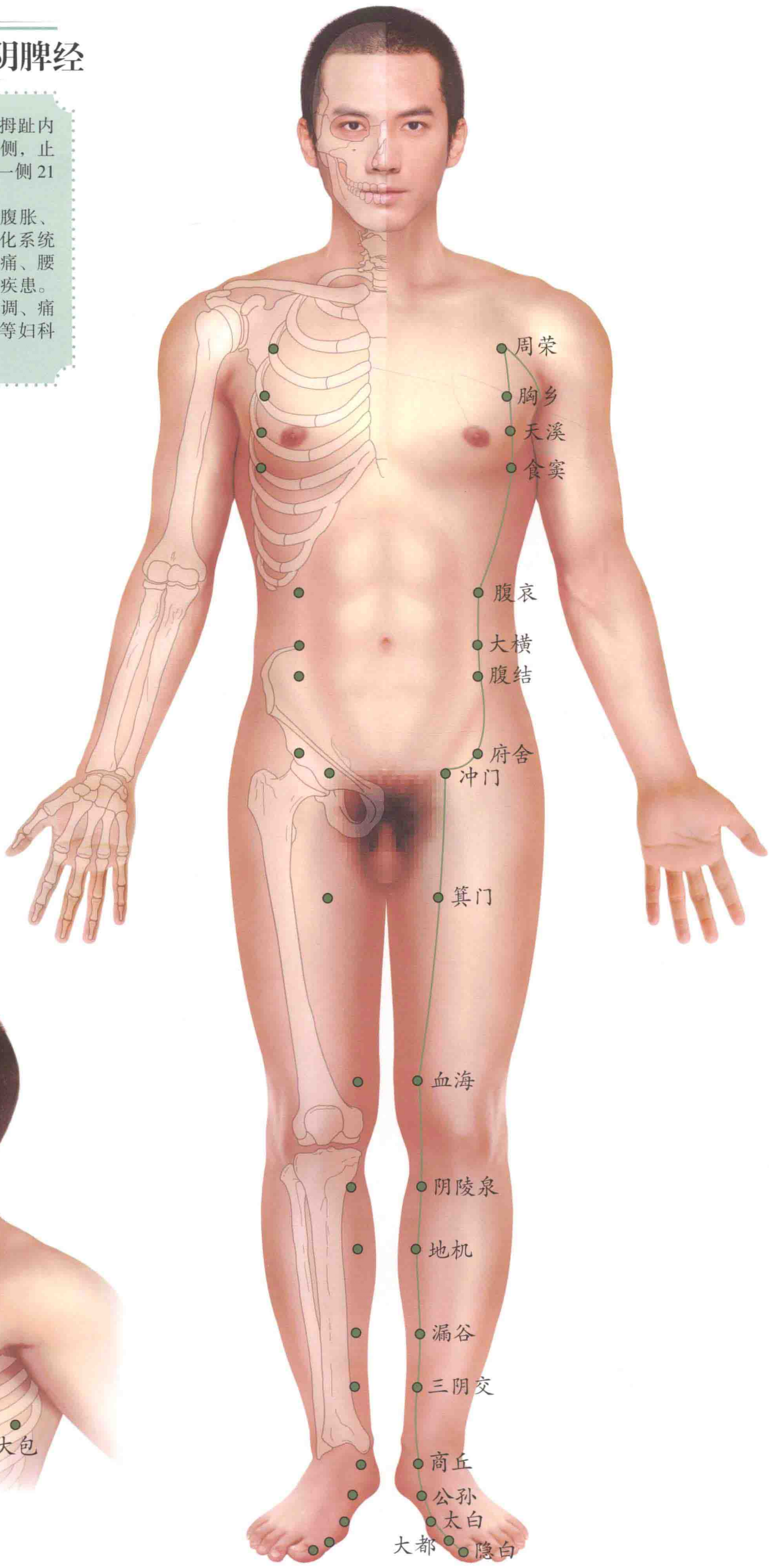

4寸
4寸
膻中
8寸
中脘
肚脐
5寸
不容
承满
梁门
关门
太乙
滑肉门
天枢
外陵
大巨
水道
归来
气冲
髀关
耻骨联合下缘水平线
耻骨联合
缝匠肌
股直肌
伏兔
阴市
梁丘
髌韧带
犊鼻
髂前上棘与髌底外侧端连线
18寸

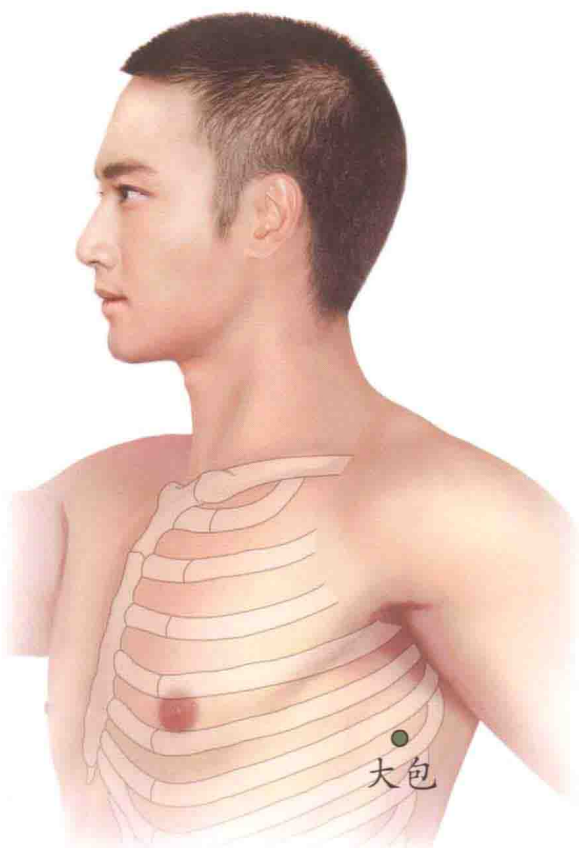

髌韧带
犊鼻
足三里
上巨虚
条口
丰隆
下巨虚
解溪
3寸
6寸
8寸
一横指
8寸
趾长伸肌
拇长伸肌
解溪
冲阳
陷谷
内庭
厉兑

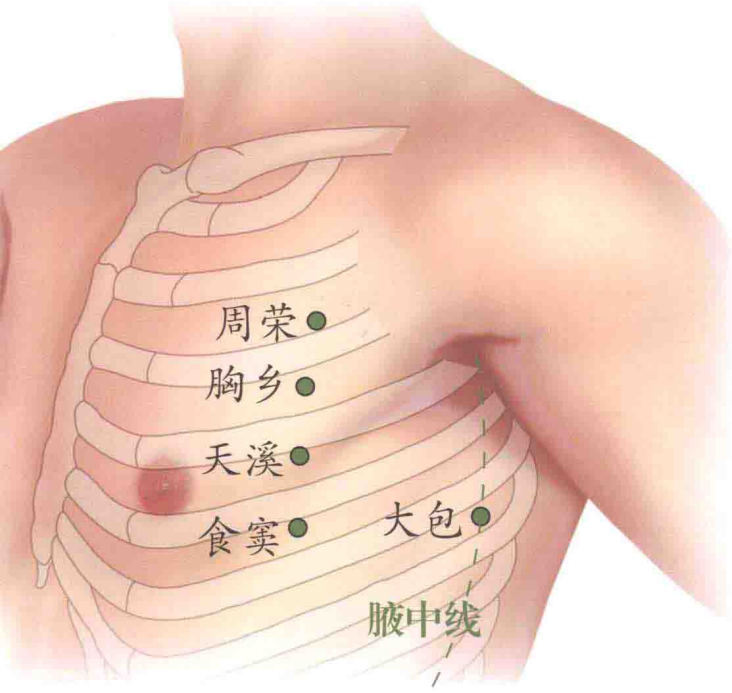
第四章　足太阴脾经

足太阴脾经起于脚拇趾内侧隐白穴，经过腿部内侧，止于胸部的大包穴。本经一侧21穴，左右两侧共42穴。

脾经主治病症：①腹胀、腹痛、泄泻、便秘等消化系统疾病。②咳喘、胸胁胀痛、腰腿痛等经脉循行部位的疾患。③本经还可治疗月经不调、痛经、带下、崩漏、不孕等妇科疾病。







需要全本请访问 www.ertongbook.com