

<<老中医教你手诊>>

图书基本信息

书名：<<老中医教你手诊>>

13位ISBN编号：9787506461290

10位ISBN编号：7506461293

出版时间：2010-3

出版时间：中国纺织出版社

作者：马惠芳，良石，任艳灵 编著

页数：160

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<老中医教你手诊>>

### 前言

任何疾病在治疗之前，都必须做出正确的诊断才能做到有的放矢。

无论西医的“视、触、叩、听”，还是中医的“望、闻、问、切”，无不将观察人体表征的诊病方法列于首位。

《灵枢·本脏篇》指出：“视其外应，以知内脏，则知其病矣。”

《灵枢·五色篇》中则进一步指出：“以五色命五脏，青为肝，赤为心，白为肺，黄为脾，黑为肾

。

”《难经》中提出“望见其五色，以知其病”。

这些无不说明了人体内部的健康状况，可以通过观察体表外在的特征而获得。

在诸多望诊中，面诊、手诊相对简便易学，便于实践。

手诊通过视觉和触觉的感受，依据手部不同部位的征象，进行疾病的预测、诊查、治疗，以了解人体健康或疾病状况的一种特殊诊断方法。

它通过对手部形态、颜色、纹理等各方面的观察，动态而直观地提示出人体健康状况的发展趋向，从而为保健治疗提供客观而丰富的诊断资料。

本书从手诊的基础知识入手，详细介绍了手部不同部位形态、颜色、纹理等变化对健康的提示信息，内容深入浅出，版面图文并茂。

通过阅读本书，相信你对自己的健康一定能够做到了如指掌、望而知之的境界。

## <<老中医教你手诊>>

### 内容概要

本书采用生动活泼的形式普及手诊知识，旨在让人们通过观察手的色、形变化，从手部所反映的信息了解身体健康状况，及早发现疾病，及时治疗。

此外，本书还设有“推荐处方”一栏，介绍部分疾病的手部按摩方法及一些食疗小方。

本书内容简单明了，深入浅出，图文并茂，十分实用，是一本不可多得的医学保健书。

## <<老中医教你手诊>>

### 作者简介

马惠芳，博士，女，北京中医药大学针灸学院副教授、硕士生导师，毕业于北京中医药大学基础医学院。

从事中医针灸临床及教学20余年，教学及临床经验丰富。

曾发表论文20余篇，主编教材及专业书籍多部，参加编写专业及科普书籍30多部。

曾先后赴意大利、新加坡等国家讲学，积累了丰富的中医国际交流经验。

临床上，善于用针灸、中药及经筋按压疗法治疗内科疾病、妇科疾病、颈肩腰腿痛及美容美体保健等，临床疗效明显。

同时，通过将医学理论运用于临床实践，也大大地丰富了课堂教学内容，从而也取得了更好的教学效果。

## <<老中医教你手诊>>

### 书籍目录

第一章 手诊：神奇的中医诊断法 一、中医手诊学的基础 1.你的手反映你的健康 2.中医手诊的方法 3.手诊的优势所在 二、手与人体的关系 1.人的手部结构 2.认清手部穴位 3.认清手部反射区 4.认清全息穴 5.认清手针穴 6.从手看经络与脏腑

第二章 手掌：疾病的观测器 一、看掌纹，诊疾病 1.生命线异常提示肺部疾病 2.感情线异常提示心脏疾病 3.智慧线异常提示心脑血管疾病 4.健康线异常提示慢性疾病 5.性线、生育线异常提示生殖系统疾病 6.其他纹路异常 二、看掌色，诊疾病 1.掌色发黄提示脾胃疾病 2.掌色发红提示心脏疾病 3.掌色发青提示肝脏疾病 4.掌色发黑提示肾脏疾病 5.掌色发白提示肺部疾病 三、问手感，诊疾病 1.手心发热提示肝胆疾病 2.手部麻木提示血压、血糖不正常 3.手掌冒汗提示胃溃疡 4.手掌发硬提示心脑血管疾病

第三章 指甲：健康的温度表 一、看甲色，诊疾病 1.指甲发白提示血液疾病 2.指甲发黑提示肝胆疾病 3.指甲发黄提示肝炎 4.指甲发红提示皮肤疾病 5.其他指甲颜色变化 二、看甲身、甲形，诊疾病 1.甲形变化提示呼吸系统疾病 2.甲身变化提示多种疾病

第四章 手指：疾病的指向标 一、看手指形态，诊疾病 1.手指长短变化提示心脏疾病 2.手指粗细变化提示脾、肠、胃疾病 二、看手指颜色，诊疾病 1.手指发白提示身体不佳 2.手指发紫提示身体不佳

第五章 呵护双手，呵护健康

## <<老中医教你手诊>>

### 章节摘录

插图：第一章 手诊：神奇的中医诊断法一、中医手诊学的基础1.你的手反映你的健康手可以提示一个人的健康、生育能力，甚至可以告诉你患心脏疾病、乳腺癌等疾病的概率。

手通过发生颜色、形状等的变化，向你发出健康警告！

人的手蕴涵着许多秘密。

当你伸出双手，便是泄露了健康的秘密。

因为，人的手形、色泽、纹理、脉络都呈现健康的信息。

其实，自古以来，人们对双手都十分重视，并做了深入的研究和探索。

在整个人体的组成中，手起着非常重要的作用。

手由几十块骨、几十个关节、数十条肌肉和多条韧带组成，这些组成部分使双手能够灵活自如。

人体是一个统一的整体，整体离不开组成它的各个局部，局部可以反映整体的某些信息。

正是由于双手的特殊性，因此才被人们当作了解人体健康状况的窗口。

最明显的例子：当自主神经功能失调时，手脚就会出现多汗现象；当脑部血液循环不良时，在指甲部位就会出现黑红色的淤斑；当身体缺乏维生素A时，手足皮肤就会变得粗糙、角化；当微量元素锌缺乏时，手指尖就会出现腐烂、脱屑的现象；当肠胃系统功能低下时，食指半月痕就会变成粉红，这些现象都说明了身体内部各种复杂关系的奥妙。

一般情况下，局部不但可以反映整体信息，它的变化也可以影响整体的某些特性。

手部按摩和手疗就是最为典型的例子。

如经常按摩双手，则可以防止动脉硬化、降低血压、激发大脑潜能；如果经常按摩大、小鱼际，则可以润肺止咳、健脾和胃、调肝明目；如果常按摩手背，还可以降低血压等。

若人体的手足灵活、四肢发达，则说明其生命力较为旺盛；反之，则预示着机体功能的衰退。

尽管人体的健康状况千变万化，但人体内部组织器官的任何风吹草动都能神奇地反映在手部丰富的神经末梢上。

因此，只要学会观察手部，绝大多数的病患都可以及早被发现，患者的健康就能够得到最好的维持和保证。

## <<老中医教你手诊>>

### 编辑推荐

《老中医教你手诊(彩色珍藏版)》：北京中医药大学教授专业指导、倾情推荐。

全新解密手部变化对人体健康的特别提示。

你的手反映你的身体健康状况！

从手纹可看出你有哪些遗传疾病，通过手掌、手背，指甲的颜色变化可透视你身体健康状况的变化，专家为你解读关于“手诊”的奥秘！

你的手反应你的身体健康状况手诊是以人文哲学为指导，以全息医学为基础，根据中医学的整体观念、经络学说，辨证论治、阴阳五行学说的基本原理，通过对手的气色、形态、掌纹、掌线、骨骼、肌肉的观察，揭示人体健康或者疾病的发展趋势，从而为养生、保健、治疗提供客观的诊断与防范依据，是防治疾病的一门综合应用科学。

<<老中医教你手诊>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>