

面相診病



[面相診病_下载链接1](#)

著者:趙成泰

出版者:橡實文化

出版时间:2010-8-24

装帧:平装

isbn:9789866362194

照著長相，活出健康！

臉部是人體的縮影，透過臉部不同部位的異常現象可以判別內在臟腑的疾病。因此什麼長相，生什麼病。

□鼻孔外露→膀胱不好

□耳大無力→腎臟虛弱

□眼尾上挑→性格敏感纖細，易罹患神經性疾病

□嘴唇乾裂→生殖器官異常

□唇色發青→腸胃不好

□臉色蒼白，常打噴嚏→肺部有病

□臉色發黑，常打呵欠→腎臟有病

古老的醫相學，現代化的詮釋，

從五官、膚色、毛髮，甚至皺紋、黑斑、青春痘

找出先天體質的優缺點，擺脫疾病困擾。

照著長相採取適當的生活模式，任何人都能預防疾病，

實現中醫學的終極目標——防微杜漸，治病於無形。

全書收入63個常見疾病和身心病徵，透過面相診斷、治療實錄大公開！

什麼是「形象醫學」？

形象醫學承襲自中國傳統的「醫相學」理論，是以數千年累積的臨床經驗為基礎，加以系統化整理的一門望診學問，適合現代人自我健康管理。透過臨床的「觀相」驗證，從五官長相、膚色、毛髮得知患者的健康問題，甚至預知日後會生什麼病，將傳統中醫望聞問切四診之一的「望診」發揮得淋漓盡致。

除了美醜，你的長相還告訴你什麼？

人，生而各異。長相不同，生活模式不同，習慣也不同，飽受折磨的病痛型態也各異。

從體型來看，肥胖之人因肥胖而發病，削瘦之人因削瘦而病痛；從臉型來看，圓形臉的人先天體質濕氣較重，容易得到風濕關節炎或糖尿病，而眼尾上挑的人性格敏感，容易罹患神經性疾病，也就是「什麼長相，生什麼病」。

從長相著手，做好自我健康管理

高矮胖瘦、濃眉大眼、方頭大耳、窄肩頸狹……十個人十種長相，就有十種不同的健康狀態與疾病特徵。從臉型、五官、臉色就可看出你容易得什麼病，或者身體出現了哪些警訊。清楚自己先天體質容易罹患哪些病痛，不僅能防微杜漸，防止病痛積重難返，還能搶先一步彌補先天體質缺失，預防可能的病痛找上門。

金木水火，你是哪一型？

從長相找出你的五行體質，體質不同，體內臟器的虛實也各異，因此可據此判斷出每種形相最易罹患的病症，並輔以食補或藥補來矯正先天體質的缺陷。

◎火體型的人

．外型特徵：嘴小、唇薄，眼睛圓、下巴削尖、臉色多偏紅。

．性格特徵：性急如火，追求完美。

．易患疾病：心悸一類的心臟疾病、失眠、食欲不振、便秘、腰腿疼痛。

．有益食物：蓮子、小麥、雞蛋、苦菜、紅豆。

◎水體型的人

．外型特徵：膚色偏黑，嘴部發達且向前突出。

．性格特徵：冷漠、膽小。

．易患疾病：腎臟是否強健是身體健康的關鍵。消化不良、便秘、疲倦、腰痛、後頸與肩胛痠痛、口臭、暈眩、失眠。

．有益食物：烤栗子、黑豆、山茱萸、水煮蚬肉。

◎木體型的人

．外型特徵：臉形稍長、眼尾上翹、手腳較身體長、體毛較多。

．性格特徵：急躁、愛發脾氣、敏感。

．易患疾病：與肝臟或肌肉相關的疾患、風濕、腿疾。

．有益食物：決明子、覆盆子、山茱萸、沙參、木梨、小麥。

◎金體型的人

．外型特徵：頸短肩寬、臉形寬圓、膚色較白。

．性格特徵：想像力豐富、憂鬱、多愁善感。

．易患疾病：易罹患與肺部相關的呼吸系統疾病。感冒、咳嗽、氣喘、皮膚病、肩膀痠痛、神經疾病。

．有益食物：桔梗、五味子。

不要補壞了身體，吃補也要看長相

隨著個人體質與狀態的差異，適合的補藥成分也大不相同。補藥一般分為補氣藥、補血藥、補陰藥、補陽藥。補氣藥和補陽藥是在陽氣不足引起身體不適時使用，主要是臉色蒼白或眼神黯淡無光，代表性的補藥是以人參為主的四君子湯。補血藥或補陰藥是在陰血不足時所服用，通常用在臉色發黑、身材消瘦者身上，代表性補藥是以熟地黃為主的四物湯。

按形象用藥的形象醫學觀點來看，人參對皮膚白皙、屬肥胖體質的人十分有效。相反的，若是皮膚較黑，身上沒什麼肉的人吃人參的話，反而不好。因此進補必須謹慎才行。

吃喝拉撒睡不是人人都會，這麼做就能健康

吃喝拉撒睡是人的本能，問題是：怎麼吃才健康？怎麼喝才有益身體？怎麼睡才能消除疲勞？除此之外，你知道調養身體要跟著自然律動走嗎？隨著春夏秋冬四個季節的轉換，人體的五臟六腑也會跟著變化，趙成泰醫師教你四季健康法，遵循四季的屬性來調養身體，冬養夏藏，過一個無病人生。

作者介绍:

趙成泰

生於韓國京畿道安城市

．慶熙大學中醫學院畢業，於圓光大學取得中醫學博士學位。

．歷任尚志大學中醫系外聘教授、世明大學兼任教授、慶熙大學中西醫學研究所兼任教授；現任慶熙大學中醫系外聘教授。

．拜師芝山先生門下修習形象醫學，曾任大韓形象醫學會會長，現任財團法人形象財團理事長。

．曾在MBC-TV「林成勳時間」、SBS-TV「TV特講」、SBS-TB特輯「名醫如是說」等節目講授形象醫學。

．目前開設學院(Academy)中醫院

．著作有《照長相吃才健康》、《照長相活才健康》、《看長相就知不孕》、《現代人的漢方百科》、《廣播漢方商談》、《不孕與產後病》等韓文書。

目录:【作者序】 什麼長相，生什麼病

第1部 照長相活才健康

肥胖者有令其肥胖的生活習慣，乾瘦者有之所以乾瘦的生活模式，兩者殊異，因此維持健康的方法自然也不同。照著自己的長相採取適當的生活模式，可以防病於未然。

第一章 醫生會看相？

形色診療：看長相治病

形象醫學與觀相術

形象醫學與預防醫學

第二章 人活著就會生病？

人的存在本身就是病

先天缺陷有跡可循

外在環境也是致病因子

第三章 雙胞胎會生一樣的病？

古老的醫相學

觀形色之臨床驗證：腰痠

形色脈症，缺一不可

雙胞胎會得一樣的病？

第四章 男女看相大不同

女生男相，容易不孕

女人個要小，男人個要大

男人的鼻、女人的嘴要長得好

男人皮膚要黑，女人皮膚要白

女人皮膚要細，男人皮膚要粗

女人耐寒，男人畏寒

女人胸臀要發達，男人肩背要發達

第五章 吃補也要看長相

身體健康，還需要進補嗎？

一句有用的話也是補藥

進補也要辨症

第2部 來自全身的健康信號

構成人體根本的五臟六腑一旦出現異常，會反映到對應的臉部五官及膚色，因此觀察眼耳鼻舌口的狀況，便能得知身體臟腑哪裡出了問題。

第一章 什麼長相，生什麼病

第二章 從長相看出五行體質

火體型的人

水體型的人

木體型的人

金體型的人

第三章 從臉形看健康

方形臉的人

圓形臉的人

三角形臉的人

長形臉的人

第四章 從五官看健康——眼睛

大眼睛的人

眼尾上挑的人

眼尾下垂的人

眼睛深陷的人

第五章 從五官看健康——耳朵

耳大無力的人

耳朵偏上後貼的人

耳朵偏下後貼的人

耳朵色澤不佳的人

第六章 從五官看健康——鼻子

鼻大的人

鼻扁短的人

鼻歪的人

鼻向下彎鉤的人

鼻樑骨凸出的人

鼻子紅的人

鼻孔外露的人

鼻樑帶痣的人

第七章 從五官看健康——嘴與舌

嘴大無力的人

嘴歪的人

嘴唇厚的人

嘴唇薄的人

嘴唇乾裂的人

嘴唇乾渴的人

從唇色看健康

從舌頭看健康

第八章 從膚色看健康

膚色慘白色澤不佳的人

膚色發紅的人

膚色白皙的人

膚色發青的人

膚色暗黑的人

膚色蠟黃的人

第九章 從骨骼與牙齒看健康

腎臟與骨骼的關係

牙齒健康與腎氣的盛衰有關

第十章 從肌肉看健康

肝主筋，肝血充足才能養筋

脾主肉，肥瘦與脾相關

第十一章 從四肢看健康
脾主四肢，脾與臂腿的關係
指甲與肝膽功能
第十二章 從毛髮看健康
毛髮與腎臟關係密切
體毛多的人
第十三章 皺紋．黑斑．青春痘
從皺紋看健康
從法令紋看健康
從黑斑看健康
從青春痘看健康
第3部 這麼做就能健康
吃喝拉撒睡是人的本能，但怎麼吃才健康？怎麼喝才有益身體？怎麼睡才能消除疲勞？
怎麼動才能有助氣血循環？還有，調養身體也要跟著自然律動走，遵循四季的屬性來調
養身體，冬養夏藏，就能過一個無病人生。
第一章 早餐吃得像皇帝
該吃什麼好呢？
怎麼吃才正確？
第二章 睡覺也有原則
第三章 性事與健康
天氣太熱不宜行房
食色性也，要懂得適可而止
第四章 四季健康法
春季：濕氣與風寒較重，宜小心關節炎與風濕痛
夏季：子宮與腎臟功能衰退，必須節制性生活
秋季：注意飲食，補充骨髓體液，宜增胖
冬季：早睡晚起，以防冷空氣傷害身體
第五章 健康的飲酒法
飲酒過量，喝出毛病
如何做，才能喝酒不傷身？
第六章 獨居也會成病
獨居女性身心容易出現問題
第七章 運動，不是勞動
運動守則
第八章 警告！不要喝冰水
痰飲為萬病根源
附錄：本書所列方劑與藥材組成一覽表
．．．．．(收起)

[面相診病_下载链接1](#)

标签

面相诊病

源自黄帝内经

中医

面相

中医,面相

评论

非常值得一看的书，写得很有意思

[面相診病_下载链接1](#)

书评

[面相診病_下载链接1](#)