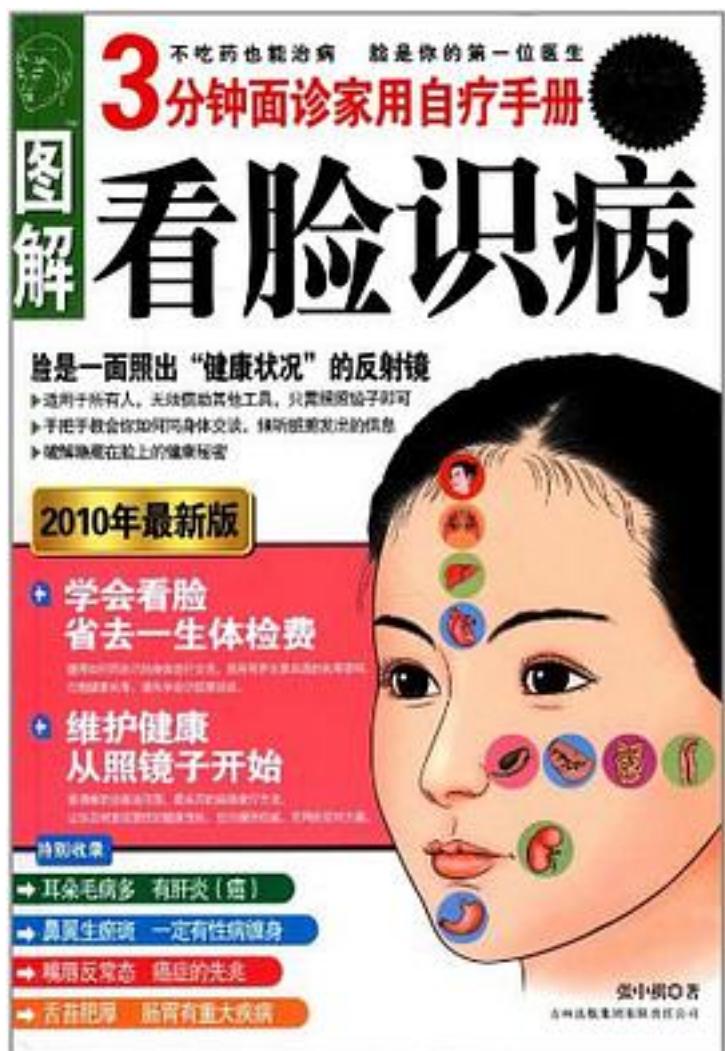


图解看脸识病



[图解看脸识病 下载链接1](#)

著者:张中祺

出版者:吉林出版集团

出版时间:2010-3

装帧:

isbn:9787546324265

《图解看脸识病:3分钟面诊家用自疗手册(2010年最新版)(超值白金版)》内容简介：人与人之间的感情需要维护，你与自己的身体也需要交流！只有听懂脏腑发出的信息，了解它们的需求与问题，及时治疗、对症下药，才能常保健康。《图解看脸识病》就是一本教会我们如何通过中医面诊与脏腑进行交流的指导书。头面是人体的核心部位，能最直接地反映出身体健康状况，学会观察面部形色，就能第一时间发现隐藏的健康危机。

《图解看脸识病》将各种疾病的面诊方法分解成流程图，只要按照图中步骤所示，即使你不懂医学也能轻松准确地自诊自查。你不用再因为身体上的一点儿不适而整日提心吊胆、忧心忡忡；你不会再因为粗心大意而导致自己小病变大病、大病变重病。就让《图解看脸识病:3分钟面诊家用自疗手册(2010年最新版)(超值白金版)》帮助你筑就一个轻松、愉悦、健康的人生。

作者介绍：

目录：

面部是人体的全息缩影经络——面诊治的基础编者序：脸会说话——疑难杂症，看脸便知疾病与部位对照速查表本书内容导航上篇 认识中医面诊 第1章

察“颜”观“色”：一眼看穿你的健康危机

1.什么是中医面诊：看五官、观气色，辨脏腑之病

2.面部诊法的起源：《黄帝内经》中的面部诊法 3.面诊的理论基础(1)：阴阳学说

4.面诊的理论基础(2)：五行学说 5.颜面五脏法：五官与脏腑的对应关系

6.色诊：面诊要五色合参 7.如何望色诊病：面色与五脏病变

8.面容辨病：察面部的表情神态知健康 9.颜面容貌诊法：面诊法与“相面术” 第2章

一分钟换来一生健康：观形、得神、望色 1.面部的形、色、神：人体健康的晴雨表

2.金不嫌方：肺癌多找金形人 3.木不嫌瘦：木形人易患感冒

4.水不嫌肥：水形人多患不孕症 5.火不嫌尖：火形人需防心脏病猝死

6.土不嫌厚：土形人脾胃消化欠佳 7.得神则健康：精全神旺，体健神明

8.少神则不足：身体虚弱，神气不足 9.失神则病衰：精亏神衰，病重至笃

10.假神则垂危：人之将死之兆 11.正常的面色：微黄光泽，稍带红润

12.异常面色的分类：面色与五脏病变 第3章 望面部脏腑知健康：面部的脏腑反射区

1.面部与脏腑的对应关系：望面知脏腑 2.眼为五脏六腑之部：中医的“五轮八廓”说

3.耳与人体脏腑：宗脉之所聚 4.鼻与脏腑的对应关系：肺气通于鼻

5.口唇与脏腑：脾开窍于口 6.人中与脏腑：经脉汇聚之所 7.舌部脏腑分区：心气通于舌

8.牙齿与脏腑的对应关系：齿为“脏腑之门” 2.面色苍白：气血不足

3.面色发黄：脾虚湿盛 4.面色发青：气血阻滞 5.面色发黑：阴寒水盛 第5章

面相：一眼看穿你的性格与前途 1.相目：眼形的吉凶征兆 2.相鼻：鼻子可主富贵或贫穷

3.相耳：耳朵的吉凶征兆 4.相口唇：根据口形的不同预知命运

5.相人中之长短：掌管寿命和子孙下篇 看脸识病及穴位按摩 第6章

头诊：头痛是最大的健康警钟 1.头疼头晕：按摩百会穴，神清气爽告别头痛

2.头屑过多：按摩三阴交穴，和顽固头屑说拜拜

3.少白头：按摩关元穴，不做少年白头人 4.摇头风：按摩期门穴，搞定不听话的头摇

5.多汗症：按摩肩髃穴，让香汗不再淋漓 第7章 目诊：眼睛是身体疾病最直接的表现

1.迎风流泪：按摩承泣穴，你再也不会迎着风哭泣

2.眼睑水肿：按摩攒竹穴，泡泡眼快走开

3.眼皮跳动：按摩瞳子髎穴，迅速制止眼皮跳跳

4.针眼：按摩角孙穴，毒素内热无处藏身 5.眼皮下垂：按摩阳白穴，抬起你的上眼皮

6.眼睛发黄：按摩青灵穴，调理身体黄疸 7.眼睛发红：按摩解溪穴，不做红眼狼

8.瞳仁散大：按摩神门穴，聚瞳大法现在开始 9.眼内障：按摩四白穴，掀开眼睛的白障

第8章 耳诊：耳朵是人体器官的总集 1.耳道流脓：按摩耳门穴，耳道清爽不流脓

2.耳中流血：按摩太冲穴，熄灭你旺盛的肝火 3.耳痔：按摩颠息穴，耳朵乖巧又灵敏

第9章 鼻诊：千万不能忽视的鼻涕 1.流鼻涕：按摩飞扬穴，不做可怜的鼻涕虫

2.鼻疮：按摩通天穴，鼻子健康不中热毒 第10章 口唇诊：别让唇膏耽误你的病情

1.口角流涎：按摩地仓穴，再也不是馋嘴猫 2.口唇颤动：按摩水沟穴，起死回生大关窍
3.嘴唇燥裂：按摩下廉穴，再也不用撕唇皮 4.嘴唇青紫：按摩天冲穴，阳气不得不补充
5.口疮：按摩阳谷穴，溃疡不再来 6.痰多：按摩丰隆穴，告别痰带来的尴尬
7.咽喉肿痛：按摩经渠穴，保护你的金嗓子 8.咽喉溃烂：按摩鱼际穴，歌声嘹亮不是梦
第11章 舌诊：大病重病早预警 1.舌苔黄色：按摩足窍阴穴，比薄荷还清热
2.舌苔灰黑色：按摩足临泣穴，还你红润美舌
3.舌苔白色：按摩天枢穴，肠胃乖乖不再闹 4.舌苔溃烂：按摩足三里穴，多活二十年
5.舌苔黄腻：按摩劳宫穴，不跟“口臭”做朋友
6.舌苔白腻：按摩阴陵泉穴，难言之隐不求医
7.舌上无苔：按摩廉泉穴，让体内液体正常流淌
8.舌体青色：按摩商阳穴，活血止痛就靠它 9.舌体红色：按摩中府穴，调气之王
10.舌体紫色：按摩阳溪穴，紫舌远离你 11.舌体淡白色：按摩太渊穴，肌肤红润血色旺
12.舌裂：按摩脑户穴，愈合你裂开的舌 13.舌头萎缩：按摩太白穴，脾虚不过小问题
第23章 齿诊：牙“好”身体才“好” 1.牙齿焦黑：按摩承光穴，牙齿焕然一新
2.牙齿松动：按摩尺泽穴，坚固牙齿根基 3.磨牙：按摩液门穴，强心泻火
4.牙龈出血：按摩曲池穴，清除内火 5.牙龈溃烂：按摩三间穴，浇灭胃热
6.牙龈萎缩：按摩合谷穴，克服牙龈脱落 第13章
常见疾病可以这样治：做自己的主治医生
1.“牙疼”不再是病：16个穴位让你轻松搞定你的牙
2.睡到自然醒：“失眠”调养的妙招 3.呵护你的双眼：解决电脑族的“视疲劳”
4.“感冒”不再难缠：教你用妙招治感冒
5.别让年龄吞噬亲爱的父母：怎样预防“老年痴呆”
6.人老眼不老：从“老花眼”到清晰的世界
7.天再热也不怕：这些穴位可以防治“中暑”
8.对抗“第一疾病”：“高血压”并不可怕
9.善待心脏：来学学减轻“冠心病”痛苦的方法
10.振奋精神就是这么简单：“头晕脑涨”不用愁
· · · · · (收起)

[图解看脸识病](#) [下载链接1](#)

标签

养生

评论

还是蛮有用的

[图解看脸识病](#) [下载链接1](#)

书评

[图解看脸识病 下载链接1](#)