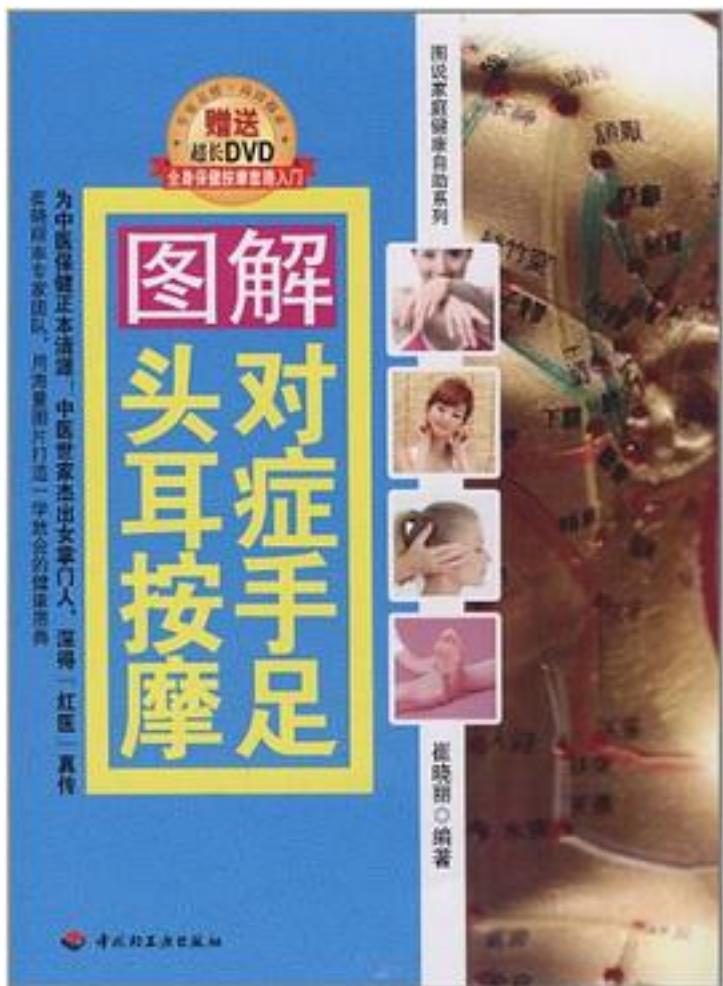


# 图解对症手足头耳按摩



[图解对症手足头耳按摩 下载链接1](#)

著者:崔晓丽

出版者:轻工

出版时间:2011-1

装帧:

isbn:9787501976539

《图解对症手足头耳按摩》与京城国医的健康理念接轨,与杏林国手的生活方式同步。手足头耳,人体的四大药库、经络——沟通人体上下内外的通道、穴位——调节阴阳、

保健祛病的养生“灵药”、养生祛病的“手”要任务、按摩，见证手到病除的神奇功效、手部按摩、足部按摩、头部按摩、耳部按摩、手足头耳按摩的奇效穴位和反射区、手部反射区示意图及详解、手部经穴示意图及详解、足部反射区示意图及详解、家庭常见病的对症按摩法、全身症状的对症按摩法、心脑、神志病症的对症按摩法、头面、五官病症的对症按摩法、简单有效的手足头耳养生法、健身手操、足部保健、以及更多你想知道的。

作者介绍:

崔晓丽

北京京城岐黄国医馆馆长

中国针灸协会会员

中国中医药协会会员

中国国际减肥美体行业协会常务理事

出身中医世家，其父系黑龙江省名中医，名字已被载入《中国中医名人录》，在中医界享有盛誉。毕业于黑龙江中医药大学，系“红墙医生”王连清教授的入室弟子。崔晓丽医师秉承先父遗志，博采众长，曾先后在上海、天津、中国中医研究院北京广安门医院等针灸科交流学习。

近20年的潜心研学及临床实践中，深得恩师王连清教授真传及其父的影响；创造性地继承祖国医学精髓，在中医养生保健、针灸(埋线)减肥、中医经络美容(面部提升、祛皱、祛眼袋、面斑、顽固性痤疮)及亚健康中医调治等领域，具有丰厚心得，深受患者信赖。同时，还擅长治疗各种关节炎、痛风、头痛、失眠、便秘、肩周炎、滑膜炎、面瘫、更年期综合征及月经不调等慢性病证，为万余患者提升生命质量。前来就医的人中，既有影视明星、知识分子、大学生，也有公职人员和普通百姓，更有来自各大洲的国际友人。其精湛的专业技术和良好的信誉，在广大患者中口口相传，深得信赖。

目录:第一章 手足头耳，人体的四大药库 经络——沟通人体上下内外的通道 什么是经络 十二经脉 经络的作用 经络是人体自有的天然良医

穴位——调节阴阳、保健祛病的养生“灵药” 穴位的分类 穴位的辅疗作用

穴位的命名方法 养生祛病的“手”要任务 手部养生的特点 辅疗效果较好

安全、无副作用 简便直观 可做早期诊断，提早发现疾病 手部望诊与手部诊疗

望手掌色泽、纹理诊病 望手指诊病 望手指及其关联的脏腑诊病 望指甲诊病

健康之路，始于足下 足部保健的特点 足部保健的历史渊源 足部保健的作用机理

足部望诊与足诊足疗 望足诊病的顺序 望足形诊病 望足色诊病 望足部反射区诊病

望趾甲诊病 养生保健，从头开始 头部保健的特点 头部望诊与头部诊疗 望嘴唇诊病

望面色诊病 查面容诊病 查头发诊病 耳诊耳疗，养生一宝 耳部保健的特点

耳部望诊与诊疗 耳部望诊的方法 望耳廓的形态 望耳廓的色泽

耳穴视诊阳性反应举例 第二章 按摩，见证手到病除的神奇功效

按摩，书写中医传奇的养生祛病法 按摩的神奇功效 家庭按摩的特点 按摩的常用手法

抖法 啄法 拿法 滚法 擦法 扣法 拍捶法 家庭按摩的适应证与禁忌证 家庭按摩的适应证

家庭按摩的禁忌证 手部按摩 手部按摩的保健功能 调节阴阳平衡 促进血液循环 保持经络平衡 符合神经反射原理 手部按摩的常用手法 点法 按法 搓揉法 压法 推法 捏法

手部按摩的适应证与禁忌证 手部按摩的适应证 手部按摩的禁忌证 足部按摩

足部按摩的保健功能 活血，祛淤，排毒 调节阴阳平衡 调整脏腑功能 畅腑通便

足部按摩的常用手法 推法 食指单勾法(点法) 按法 揉法 扣法 擦法 捏法 踩法

足部按摩的适应证与禁忌证 足部按摩的适应证 足部按摩的禁忌证 头部按摩

头部按摩的养生原理 头部按摩的常用手法 偏峰推法 掏抹法 指擦法 刮法 搓法 指按法  
拿五经法 头部按摩的适应证与禁忌证 头部按摩的适应证 头部按摩的禁忌证 耳部按摩  
耳部按摩的养生原理 耳部按摩的技巧和手法 耳廓正面按摩法 耳背按摩法 鸣天鼓  
捏提耳尖法 全耳按摩法 捏拉耳垂 指腹旋摩法 指压法 压丸法  
耳部按摩的适应证与禁忌证 耳部按摩的适应证 耳部按摩的禁忌证  
正确认识按摩时的疼痛 痛感与疾病的关系 按摩所致疼痛的类型 痛感与力度的关系  
痛感与疗效的关系 帮助患者不惧疼痛 操作失误带来的疼痛 痛感与病情密切相关  
第三章 手足头耳按摩的奇效穴位和反射区 手部反射区示意图及详解 手部生物全息示意图  
双手掌反射区示意图 双手背反射区示意图 手部的65个反射区 手部经穴示意图及详解  
手太阴肺经 手厥阴心包经 手少阴心经 手阳明大肠经 手少阳三焦经 手太阳小肠经  
手部的48个穴位 足部反射区示意图及详解 足部生物全息示意图 足背反射区示意图  
足底反射区示意图 足侧面反射区示意图 足部的64个反射区 足部经穴示意图及详解  
足厥阴肝经 足阳明胃经 足少阳胆经 足太阳膀胱经 足太阴脾经 足少阴肾经  
足部的62个穴位 头部经穴示意图及详解 头部经络图 头部正面穴位图 头部背面穴位图  
头部侧面穴位图 头部的90个穴位 耳部穴位示意图及详解 国家标准耳廓分区图  
国家标准耳穴定位图 耳部的93个穴位  
第四章 家庭常见病的对症按摩法  
全身症状的对症按摩法 糖尿病 高血压 低血压 肥胖症 慢性疲劳综合征 甲亢 高血脂  
心脑、神志病症的对症按摩法 头痛 眩晕 失眠 脑卒中心悸 焦虑症 记忆力衰退、脑萎缩  
神经衰弱 眩晕 癫狂 癫痫 头面、五官病症的对症按摩法 面瘫 面痛 目赤肿痛 麦粒肿  
鼻炎、鼻窦炎 齿、口、咽部病症的对症按摩法 牙痛 口腔溃疡 咽喉肿痛 慢性咽炎  
颈肩腰背病症的对症按摩法 颈椎病 落枕 肩周炎 腰痛、腰肌劳损 坐骨神经痛  
胸肺病症的对症按摩法 感冒 咳嗽 哮喘 胃肠肝胆病症的对症按摩法 呕吐 呃逆 胃痛 腹痛  
便秘 泄泻 慢性胃炎 痢疾 黄疸 胆囊炎 肾、膀胱病症的对症按摩法 肾病 浮肿 瘰闭  
皮肤病症的对症按摩法 斑秃 白发 干燥症 痤疮 皮肤粗糙  
第五章 特定族群的对症按摩法  
女性病症的对症按摩法 早孕反应 经前期综合征 痛经 绝经期前后诸症 子宫脱垂  
更年期综合征 男性病症的对症按摩法 阳痿 前列腺炎 中老年人病症的对症按摩法  
耳鸣、耳聋 老年痴呆症 冠心病 心绞痛 小儿病症的对症按摩法 痰腮  
第六章  
简单有效的手足头耳养生法 健身手操 翻掌 指掌运动 对指 捏按掌指 交掌运动 刷手 握拳  
旋转 拍击手掌 足部保健 行走锻炼法 足浴疗法 日常足部保健小动作 足部SPA  
松紧腿脚运动 头耳保健按摩 头部综合保健 头皮按摩 面部保健 眼部保健 鼻部保健  
耳部保健 口腔保健 日常养生保健按摩 排毒清脂 消除疲劳 镇定安神 益智健脑 促进睡眠  
消除皱纹

· · · · · (收起)

[图解对症手足头耳按摩 下载链接1](#)

标签

按摩

还是按摩

中医,按摩

中医

## 评论

手足头耳，按摩。

---

[图解对症手足头耳按摩 下载链接1](#)

## 书评

---

[图解对症手足头耳按摩 下载链接1](#)