

版权信息

书名：零基础学按摩：精准取穴防治常见病

作者：郭颖

出版社：中国医药科技出版社

出版时间：2017年9月

ISBN:9787506794077

版权所有 侵权必究

目录

内容提要

第一章 点穴基础课，按摩保健的前提

点穴法，源于针灸学理论体系的治疗方法

点穴治病，激发和调动人体的自主抵抗功能

点按掐叩揉推拨，常用点穴手法全解析

点穴需有度，点穴时的注意事项

第二章 盘点书中所有腧穴，为每一个穴位精准配图

大敦穴（十二井穴之一）

行间穴

太冲穴

蠡沟穴

章门穴

期门穴

涌泉穴（十二井穴之一）

然谷穴

照海穴

太溪穴

气穴

神封穴

隐白穴（十二井穴之一）

大都穴

太白穴

公孙穴

商丘穴

三阴交穴

地机穴

[阴陵泉穴](#)

[血海穴](#)

[腹结穴](#)

[大横穴](#)

[尺泽穴](#)

[列缺穴](#)

[太渊穴](#)

[鱼际穴](#)

[少商穴（十二井穴之一）](#)

[头维穴](#)

[承泣穴](#)

[四白穴](#)

[巨髎穴](#)

[地仓穴](#)

[下关穴](#)

[颊车穴](#)

[乳根穴](#)

[梁门穴](#)

[滑肉门穴](#)

[天枢穴](#)

[外陵穴](#)

[水道穴](#)

[梁丘穴](#)

[足三里穴](#)

[上巨虚穴](#)

[丰隆穴](#)

[下巨虚穴](#)

[解溪穴](#)

[冲阳穴](#)

内庭穴

厉兑穴（十二井穴之一）

听会穴

瞳子髎穴

阳白穴

率谷穴

额厌穴

风池穴

肩井穴

带脉穴

环跳穴

风市穴

阳陵泉穴

光明穴

悬钟穴

侠溪穴

足临泣穴

攒竹穴

睛明穴

大杼穴

风门穴

肺俞穴

心俞穴

膈俞穴

肝俞穴

胆俞穴

脾俞穴

胃俞穴

三焦俞穴

[肾俞穴](#)

[大肠俞穴](#)

[关元俞穴](#)

[膀胱俞穴](#)

[白环俞穴](#)

[次髎穴](#)

[下髎穴](#)

[膏肓穴](#)

[志室穴](#)

[秩边穴](#)

[委中穴](#)

[承山穴](#)

[昆仑穴](#)

[至阴穴（十二井穴之一）](#)

[商阳穴（十二井穴之一）](#)

[合谷穴](#)

[手三里穴](#)

[曲池穴](#)

[肩髃穴](#)

[迎香穴](#)

[中渚穴](#)

[外关穴](#)

[支沟穴](#)

[天井穴](#)

[翳风穴](#)

[角孙穴](#)

[耳门穴](#)

[丝竹空穴](#)

[少泽穴（十二井穴之一）](#)

[后溪穴](#)

[颧髎穴](#)

[听宫穴](#)

[天池穴](#)

[曲泽穴](#)

[内关穴](#)

[大陵穴](#)

[劳宫穴](#)

[极泉穴](#)

[神门穴](#)

[百会穴](#)

[长强穴](#)

[防老穴](#)

[腰阳关穴](#)

[命门穴](#)

[筋缩穴](#)

[大椎穴](#)

[风府穴](#)

[上星穴](#)

[神庭穴](#)

[素髎穴](#)

[水沟穴](#)

[神阙穴](#)

[气海穴](#)

[石门穴](#)

[关元穴](#)

[中极穴](#)

[上脘穴](#)

[中脘穴](#)

[下腕穴](#)

[膻中穴](#)

[天突穴](#)

[承浆穴](#)

[八风穴](#)

[八邪穴](#)

[定喘穴](#)

[二白穴](#)

[落枕穴](#)

[拳尖穴](#)

[十二井穴](#)

[土宣穴](#)

[夹脊穴](#)

[内分泌耳穴](#)

[四神聪穴](#)

[印堂穴](#)

[鱼腰穴](#)

[太阳穴](#)

[翳明穴](#)

[子宫穴](#)

[四缝穴](#)

[阑尾穴](#)

[大肠耳穴](#)

[对屏尖耳穴](#)

[耳背肺耳穴](#)

[耳背脾耳穴](#)

[脾耳穴](#)

[肺耳穴](#)

[肝耳穴](#)

[胃耳穴](#)

[心耳穴](#)

[三焦耳穴](#)

[交感耳穴](#)

[饥点穴](#)

[第三章 巧用点穴，轻松预防常见病](#)

[感冒](#)

[咳嗽](#)

[头痛](#)

[晕厥](#)

[高热](#)

[抽搐](#)

[中风](#)

[中风后遗症](#)

[失眠](#)

[惊悸](#)

[支气管炎](#)

[支气管哮喘](#)

[胃炎](#)

[胃下垂](#)

[胃及十二指肠溃疡](#)

[急性肠胃炎](#)

[便秘](#)

[高血压](#)

[尿失禁](#)

[尿潴留](#)

[休克](#)

[中暑](#)

[弱精子症](#)

遗精

口臭

单纯性肥胖

腰部肥胖症

腹部肥胖症

腋臭

静脉曲张

腰椎间盘突出症

阑尾炎

落枕

颈椎病

肩周炎

直肠脱垂

急性腰扭伤

腱鞘炎

腱鞘囊肿

痔疮

第四章 选穴配穴处理好，妇科儿科显疗效

月经不调

痛经

闭经

崩漏

带下病

不孕不育症

妊娠呕吐

胎位不正

产后缺乳

阴痒

更年期综合征

乳房萎缩下垂

小儿顿咳

小儿惊风

小儿疳积

小儿遗尿

小儿夜啼

小儿营养不良

第五章 五官科用点学法，标本兼治

睑腺炎

红血丝

酒渣鼻

面瘫

中耳炎

耳鸣、耳聋

鼻炎

鼻出血

牙痛

咽喉肿痛

近视

第六章 点穴治疗皮肤病，秀出白嫩好肌肤

黄褐斑

雀斑

痤疮

脂溢性皮炎

疖

手足皲裂

湿疹

白癜风

鱼鳞病

冻疮

荨麻疹

牛皮癣

皱纹

黑色素沉着

肌肤暗黄

面色苍白

斑秃

鸡眼

黑眼圈

眼袋