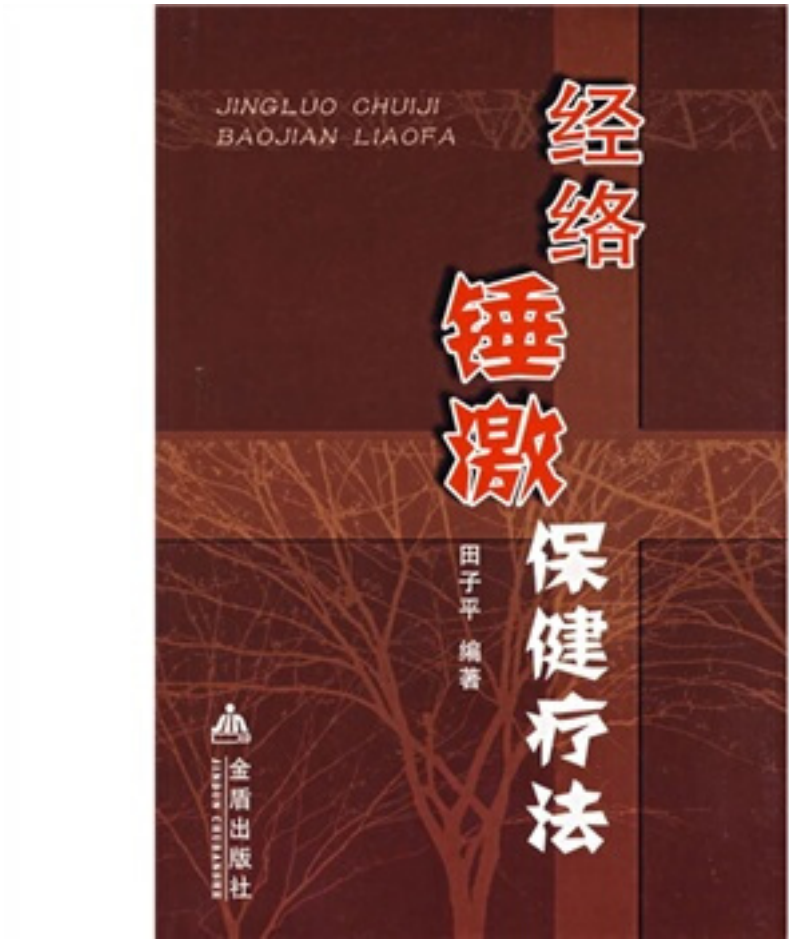


经络锤激保健疗法



[经络锤激保健疗法_下载链接1](#)

著者:田子平 著

[经络锤激保健疗法_下载链接1](#)

标签

评论

写得比较详细，对照做

刚开始使用。、、、、、、

还是很好的，实用，很喜欢

好书，健康有益。。。

讲解很详细！很实用！

这是一本很实用的书，特别是快递员服务态度好！

彩页的，质量挺好的，就是一般的菜都放高汤。里面也没写高汤怎么做，很多菜都做不了、、

《经络锤激s保健疗xw法》B介绍了：锤激人体经络穴位防N治疾病和Q自我保健的方法W。《经络锤激保健j疗法k》共分四

不错的自我保健书，图文并茂的，照着书学了学，以后少上医院了。

这个书比较实用的，还可以，

推荐大家也买一本备用，等有时间自己可以使用

拿来学习参考用不错！

刚拿到，还没看。书皮好像有点磨损；

刚收到货，感觉还不错

详细介绍了人体14条主要经络的循行、穴位、功效和按摩保养方式。使我们普通人就能在家学习如何疏通经络、养生防病。我们为什么会生病？生病的原因可能有成千上万种，但是或多或少都会和气血运输不畅相关。为什么气血会运行不畅？因为运输气血的沟渠——经络被阻塞了。“人若千亩良田，医如大禹治水”。通过经络穴位按摩，可使人气血通畅、身心调和。所以它是中医治疗的重要手段之一。

一种医用经络锤，包括锤体和锤柄，锤体为圆锥头，其锤头和锤尾均为圆弧面，锤柄为弹性片状。该经络锤可用牛角制成，其结构简单，按摩师可用手挟持片状锤柄、用锤头击打瘫痪患者脊柱两侧的华佗脊穴，既省力又方便，施术时锤头易振颤、振动频率高、按摩力度大、渗透性好、施力均匀、柔和。锤体侧面和锤柄侧面及锤柄尾部可用于对人体进行刮痧按摩治疗。十二经筋——人体的地下水和泉眼，联系肉与骨的纽带

经脉是气血的大河，气血旺盛的地方，对周围的筋肉有濡养的作用，所以，在经脉周围就有相当于地下水和泉眼一样的筋肉，全身筋肉按经络分布部位同样分成手足三阴三阳，即十二经筋。十二经筋的分布特点是：它们联属于十二经脉，起于四肢末端，走向头身，结聚于关节和骨骼部，有的散布于浅部，有的进入胸腔腔，但不像经脉那样属络于脏腑。

十二经筋之间的联系除在头、面、胸、腹部结合外，还在各经循行于踝、腓、膝、股、髀、臀、腕、肘、腋、臂、肩、颈等关节或筋肉丰满处，与邻近的他经相连接，尤其是足厥阴经筋，不仅结于阴器，并能总络诸筋。

从经筋的分布和联络情况来看，经筋同肌肉的关系是很密切的。经筋的作用是联络筋肉，约束骨骼，利于关节的屈伸，保持人体正常的运动功能，维持人体正常的体位姿势。

十五络脉——蜘蛛网一样密布全身的灌溉网络

大河、支流水虽然大，但是无法将水直接用来灌溉农田，还需要大大小小的溪流、沟渠，才能把水输送到每一寸土地。十二正经、十二经别、奇经八脉这些身体里大大小小的河流还需要密集的引水渠才能把气血输送到身体的每一个角落，这些大小密布全身的“引水渠”就是络脉。经脉与络脉共同组成了人体完整的经络系统，担负着全身气血的运输、浇灌。

十二正经是联通脏腑和四肢，脏腑在内，这十二条气血的大河都是在四肢的部位分岔进入全身，所以十二正经分出来的十二条络脉都是从手足部分开始的，主要起沟通表里两经和补充经脉循行不足的作用。

十二经脉在四肢部各分出一络，再加躯干前的任脉络，躯干后的督脉络及躯干侧的脾之大络，共计十五条，称“十五络脉”。其中十二络脉在四肢部从相应络穴分出后均走向相应的表里经，躯干部三络则分别分布于身前、身后和身侧。躯干部三络，起渗灌气血的作用。络脉和经别都是经脉的分支，均有加强表里两经联系的作用，所不同者，经别分布较深，无所属腧穴，也无所主病症；络脉分布较浅，各有一络穴，并有所主病症。

。

不太好

看着比较不明白，没看懂

还不错，就是得耐心去看

这本书不值这个价，大家别买了，运费与书价差不多。

好

[经络锤激保健疗法_下载链接1](#)

书评

[经络锤激保健疗法_下载链接1](#)