

# 《掌上观纹说健康》

## 图书基本信息

书名：《掌上观纹说健康》

13位ISBN编号：9787111323235

10位ISBN编号：7111323238

出版时间：2011-1

出版社：机械工业

作者：王晨霞

页数：220

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

# 《掌上观纹说健康》

## 前言

我从事掌纹研究已将近二十五个年头，在这些年里我对十几个国家和地区的几十万双手掌进行了观察和研究，得出了从手掌的纹理、色泽变化来诊断人体健康状况的科学方法。掌纹诊病不同于中医诊病学及西医诊断学，仅仅是对双掌的纹理和色泽进行观察和分析的一种诊病方法。此法准确、迅捷，无痛苦、无损伤，只要花上几分钟就能观测身体的健康状况，从而对很多疾病作出早期预见。

掌纹的生成与胚胎的发育有关，皮纹在胚胎的第13周开始发育，大约在19周左右形成。掌纹中有一部分是不变的，代表了家族遗传基因情况；还有一部分是随着年龄、经历、生活环境、饮食习惯及身体健康状况的改变而变化的。只要了解并掌握了这种变化规律，就可以从这些变化的掌纹中观察到疾病的发生和发展，从而可以及时应对，达到保健的目的。

# 《掌上观纹说健康》

## 内容概要

《掌上观纹说健康:王晨霞新说掌纹诊疗》主要内容简介：结合30年中医临床诊疗经验，汲取3000年中医古籍精华，掌纹诊疗专家王晨霞亲自坐堂，从如何观察掌纹与五脏六腑的关系、如何从掌纹的变化判断五脏六腑的健康状况入手，教你观掌纹测健康，轻轻松松在家学习养生、保健的方法。运用图解方式帮你识别14条掌纹线和8种病理纹，用最短的时间掌握自我诊断疾病的技巧。提倡自然调养，通过常见的饮食、水果，搭配出养生、保健、治病、防病的常用中医良方，并有王晨霞老师的独家秘方与你分享，让你感受最实用与最有效的健康养生之道。

# 《掌上观纹说健康》

## 作者简介

王晨霞，云南晨霞掌纹医学研究所所长，国际互联网中国保健科学技术学会会员，中国女医师协会第一届理事，中央电视台、北京电视台、山东卫视、湖南卫视、凤凰卫视、河南卫视、云南电视台等媒体权威养生专家，毕业于南京中医药大学，有30余年的中医临床治疗经验。钱学森、南怀瑾等学界泰斗高度肯定她的成就。她为人们开辟了一条呵护健康、阻挡疾病的新途径。

## 书籍目录

前言第一章 掌纹的形成及入门解疑小小手掌可以预知人体大健康掌纹的形成有先天与后天两大原因  
指纹与掌纹的区别手指也能反映人体健康状况手上的病理纹是疾病的信号掌纹的沉、浮、消、长引起  
掌纹变化的物理因素与生化因素男左女右看掌纹没有科学道理纹色也能反映疾病的变化“断掌打死人”  
原属无稽之谈“三星高照”非福兆“生命线”体现生命力的盛与衰“智慧线”越长越要防思虑过度  
“感情线”不仅与感情有关第二章 手掌上14条与健康有关的线14条线蕴藏的健康密码1线：揭秘消化  
及呼吸系统的健康状况2线：反映心脑、神经系统的状况与头脑智慧3线：体现生命力的盛衰与寿命4线  
：预示抵抗力的强弱5线：预示中老年心脑血管疾病与社会生活状况6线：反映身体近期的健康状况7线  
：体现血压是否稳定8线：提示生活不规律9线：显示过敏体质10线：反映精神状况与视力11线：揭秘  
生殖、泌尿系统的健康状况12线：预示肝脏的免疫力13线：提示肿瘤隐患14线：反映遗传倾向第三章  
手掌上的8种病理纹8种病理纹的秘密“十”字状纹：预知早期病症“井”字状纹：辨识实质病变“米”  
字状纹：提示脏器淤血三角形样纹：显示病症变化方格形样纹：代表病情稳定岛形样纹：警示肿瘤  
癌变五角星状纹：关注脑部病变环形样纹：代表软性外界物质的挤压第四章 掌中八卦与健康“乾”  
属金，反映肺与大肠的健康状况“坎”属水，反映肾的健康状况“艮”属土，反映脾胃的健康状况“震”  
属木，反映神经系统的健康状况“巽”属木，反映肝胆的健康状况“离”属火，反映心脏与血液  
循环的健康状况“坤”属土，反映泌尿与生殖系统的健康状况“兑”属金，反映肺与肠的健康第五章  
通过掌纹观察五脏六腑掌纹对应的五脏六腑图掌上“心区”代表的疾病信号掌上“肝区”代表的疾病  
信号掌上“脾区”代表的疾病信号掌上“肺区”代表的疾病信号掌上“肾区”代表的疾病信号掌上“  
胃区”代表的疾病信号掌上“胆囊区”代表的疾病信号掌上“小肠区”代表的疾病信号掌上“大肠区”  
代表的疾病信号掌上“膀胱区”和“前列腺区”代表的疾病信号第六章 保养五脏六腑，寻常食物  
有良药和胃的食物养肝的食物护心的食物固肾的食物润肺的食物护肠的食物护胆的食物养脾的食物护  
膀胱的食物第七章 健康身体吃出来：选对食物学会吃补脑的食物护眼的食物护耳的食物对乳腺有益  
的食物养颈椎的食物养腰椎的食物护下肢的食物调养胰腺的食物调养子宫的食物调养前列腺的食物第  
第八章 健康掌纹，饮食有道饮的健康食的健康

## 章节摘录

在民间，看手相有“男左女右”之说，也就是说男人看左手，女人看右手。我们在多年掌纹医学研究中发现，疾病并不是按这个规律发生和发展的。一般来说，诊断脾胃病以观察左手掌纹为重点，而诊断肝胆病则以观察右手掌纹为重，诊断C / 脏病则要参考双手。诊断肺脏疾病一般按照拇指方为左、小指方为右的原则。肾脏病大多是左右对应的。在观察有些疾病时，左半身的疾病要看右手，右半身的疾病则要看左手。而对于卵巢和乳腺，哪只手上发现病理纹就应考虑病在哪一侧。但不论何病，双手同时出现病理纹，那就确诊无疑了。总之，应该具体问题具体分析。通过看掌纹来判断疾病的部位，是有据可循的。要根据双手掌纹的比较判断出轻重，才能准确诊断。例如，如果右手巽位的“井”字状纹比左手巽位的“井”字状纹多，则表明胆病重于胃病；反之则表明胃病重于胆病。

# 《掌上观纹说健康》

## 编辑推荐

心里用情手上用心家人健康一看便知 自诊自测简便快捷养生保健易如反掌 轻轻松松看掌纹 明明白白说健康 一看就懂的诊疗之道 一学就会的防病之法 “掌纹诊疗第一人”王晨霞，30余年的中医临床治疗经验，近30年的掌纹医学研究实践，遍及亚、非、欧30余国家及地区，诊疗过20余万患者，收集了10余万份手图，为您奉上掌纹诊病研究成果，只为了使健康走入千家万户，造福人类。

掌纹诊病有多神奇 通过手掌上、4条线，8条病理纹，14种异常纹形组合，观察诊断130多种疾病，确诊率约达90%以上，尤其是对家族肿瘤病史、肝、胆、脾、胃、心血管、妇科及儿科疾病诊断准确率较高，能对心绞痛、中风、猝死等高风险疾病作出预测，及早提醒患者进行防治。

掌纹诊病有多便民 即使没有医学基础的人，只要对照手图认真看，同样能够轻松在家自己预知健康。只需摊开手掌，只需三五分钟，就能知晓一生健康。无痛苦、无损伤、无毒副作用、方便快捷。

意在预防保健居家养生 掌纹诊病的深远意义在于预防保健。它不仅预测疾病，而且为更有效地预防保健提供依据，使患者相应地采取防治措施，它是居家最好的保健方法。通过阅读《掌上观纹说健康：王晨霞新说掌纹诊疗》，你可以从自己的掌纹变化中采取相应的养生方法，特别是你将知道自己该吃什么，该怎样吃才能更健康。

掌纹诊疗专家王晨霞亲自坐堂 14线8种纹教你快速掌握健康密码 以食养病 独家保健养生调护秘方全揭秘 收获最实效的健康养生之道

## 精彩短评

- 1、健康初判断 + 平常食物的中医属性
- 2、v书很好，价格便宜，适合阅读！
- 3、这本书通俗易懂，很适合广大读者。缺陷就是写的太简单了，太笼统了，不够细。
- 4、看了跟没看一样
- 5、这本书很不错。自己可以对照，了解自己的身体状况
- 6、女人看看是有好处的
- 7、讲得很实用啊，和视频里面的内容一样的。  
书的质量很好，值得买。
- 8、还是欠了点什么
- 9、算是讲掌纹的精品了
- 10、这个教材是以前买给同事的。同事说质量还可以。又打折。以后就来这里买教材了  
很划算 评价晚了
- 11、掌纹说健康
- 12、看的手诊书越多，约觉的要么是自己研究的潜了，要么就是手诊就是瞎说。没家说的都不一样，给其他人看的结果也不同。奶奶的，就没有真正说的浅显易懂，有真实有效的书么？中国的医学应该在基础教育时候就普及了，也不至于现在那么多的医生出来骗人了。。。。。。
- 13、长知识了，多了解多自己有好处。
- 14、这书还不错，配合网上的视频看起来，相当不错
- 15、有规律 有步骤 容易学  
挺实用的手诊技术
- 16、很直得一看学习手诊的好书，正在看。。。。
- 17、支持王教受
- 18、一拿到书就迫不及待的看起来，书的内容有点难度，需要看后慢慢消化，不过真的很实用，边看书边看掌纹，觉得很有意思，继续学习中！
- 19、不错，正版，还没有看
- 20、印刷质量好,内容可以,值.
- 21、对于没有医学基础的人来说,有点模棱两可,很模糊,不是很实用
- 22、学掌纹必要的书。
- 23、买本掌纹学学
- 24、比较实用，有空时可以好好研究一下，看看手诊准不准确
- 25、以前买过一本 被朋友拿走了 真的是本好书
- 26、挺喜欢的，这段时间都在观注健康
- 27、比较一下，内容不错



## 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)