

《手阳明大肠经》 PPT课件

制作人：PPT制作者
时间：2024年X月

目录

- 第1章 手阳明大肠经简介
- 第2章 手阳明大肠经的经络穴位
- 第3章 手阳明大肠经的病理变化
- 第4章 手阳明大肠经与五行学说
- 第5章 手阳明大肠经的保健方法
- 第6章 手阳明大肠经的总结与展望

• 01

第一章 手阳明大肠经简介

什么是手阳明大 肠经

手阳明大肠经是人体经络系统中的一条重要经络，起始于鼻腔，沿着面部到手臂，最终连接到大肠。它在调节肠道功能、改善面部皮肤状况、增强手臂力量等方面起着重要作用。

手阳明大肠经的循行路径

鼻孔

起点

手臂

经过

大肠

终点

面部

路径

01 调节肠道功能
重要作用

02 改善面部皮肤状况
皮肤健康

03 增强手臂力量
强壮肌肉

手阳明大肠经的病症特点

面部皮肤问题

发红
瘙痒
疹子

肠道功能紊乱

腹泻
便秘
腹胀

手臂无力

举重困难
力量不足
抓握能力下降

● 02

第2章 手阳明大肠经的经络 穴位

手阳明大肠经的 穴位分布

手阳明大肠经包括合谷、曲池、商阳、阳溪、偏头、口合、迎香等穴位。这些穴位分布在手臂、手掌、手指等位置，对身体有着重要的调节作用。

手阳明大肠经各穴位的作用

合谷

调节气血、明目

商阳

治疗口腔疾病

阳溪

舒肝、清心明目

曲池

清热解毒、通利肠
胃

01 口臭

合谷、商阳

02 便秘

曲池、阳溪

03 头痛

偏头、合谷

手阳明大肠经的穴位保健方法

按摩手阳明大肠经

穴位

可促进血液循环、舒缓疲劳

定期运动

增强体质、提高免疫力

饮食调理

多吃蔬菜水果、少吃油腻食物

保持情绪稳定

避免情绪波动对身体带来的影响

总结

手阳明大肠经是人体经络系统中的重要组成部分，通过了解手阳明大肠经的穴位分布、作用及治疗应用，我们可以更好地保护和调理自己的身体。在日常生活中，定期按摩手阳明大肠经穴位、注意运动、保持良好的饮食习惯和情绪稳定，对于促进健康至关重要。

● 03

第3章 手阳明大肠经的病理 变化

手阳明大肠经病 理变化的症状

手阳明大肠经病理变化可能表现为面部皮肤干燥、便秘、手臂酸痛等症状。这些症状常常提示身体内部的阳明经络出现了问题，需要及时调理。

手阳明大肠经病理变化的原因

饮食失调

过饱或饥饿不均

生活作息紊乱

睡眠不足、作息不规律

情绪不稳

忧愁、喜怒无度

预防和调理手阳明大肠经病理变化

均衡饮食

多吃蔬菜水果
适量摄入纤维

调节情绪

学会放松自己
寻找释放压力的方式

适当运动

每天坚持运动
增强身体素质

按摩

促进血液循环
缓解肌肉疲劳

01 疗效显著

能快速调理经络

02 调理作用

可促进身体自愈机能

03 维护健康

长期坚持有助于预防疾病

结语

手阳明大肠经是人体经络系统中的重要一环，其病理变化不容忽视。通过均衡饮食、调节情绪、适当运动和中医治疗等方法，可以有效预防和调理手阳明大肠经病理变化，保持身体健康。

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：
<https://d.book118.com/208047022031006054>