

A Treatise on Advance Acupressure/Acupuncture

Part XXII- Aches and Pains

Index अनुक्रमणिका

Part - I Extremities हाथ पैर

Chapter	Name	Page No.
1.	Fingers अंगुलियाँ	1
2.	Hand हाथ	4
3.	Wrist कलाई	7
4.	Forearm नीचे की बांह	9
5.	Elbow कोहनी	11-12
6.	Upper Arm ऊपरी बांह	13-14
7.	Shoulder and Scapula कन्धा एवं स्कन्ध	15-18
8.	Axilla कांख	19
9.	Foot पाँव	20-24
10.	Ankle टखना	25
11.	Lower Leg नीचे का पैर	26-27
12.	Knee घुटना	28-30
13.	Hip Joint कुल्हा जोड़	31
14.	Thigh जांघ	32
15.	Structure of Foot पांव की बनावट	33
16.	Law of Extremities हाथ पैरों के उपचार के नियम	34-36
17.	Sleeping Hand or Arm हाथ या बांह का सो जाना	37
18.	Sleeping Foot or Leg पांव या पैर का सो जाना	38
19.	Hypertonia of Extremities हाथों, पैरों की अतितानता	39
20.	Raynaud's Disease परिसरीय वाहिकीय रोग	40-41
21.	Restless Legs Syndrome बेचैन पैर संलक्षण	42
22.	Peripheral Neuritis हाथ पैर के नर्व में प्रदाह होना	43

23.	Heavy Legs, Sluggish Circulation भारी पैर, कम संचरण	44
24.	Trigger Finger or Snap Finger	45-46
25.	Tennis Elbow टेनिस एल्बो	47-48
26.	Carpal Tunnel Syndrome अंगूठे में दर्द, दबाने पर दर्द एवं कमजोरी होना उसमें त्रण बनना	49
27.	Dupuytren's Contracture	50
28.	Ganglion कलाई के ऊपर बनने वाला एक प्रकार का पुटीय अर्बुद	51
29.	Radio Ulna Joint Sprain अलनर नर्व में मोच के कारण कलाई न घुमा पाना	52
30.	De Quervain's Syndrome	53
31.	Gamekeeper's Thumb हाथ के अंगूठे में लिगामेन्ट का टूटना	54
32.	Cubital Tunnel Syndrome कोहनी की अलनर नर्व का लकवा	55
33.	Planter Fasciitis (Strained Arch of Foot) पांव के चाप में तनाव	56
34.	Pain in the Ball of Foot (Metatarsalgia) प्रपद में दर्द होना	57
35.	Heel Spur Pain ऐड़ी की हड्डी बढ़कर दर्द होना	58
36.	Bursitis in the Heel ऐड़ी की श्लेषक पुटी का प्रदाह	59
37.	Achilles Tendonitis ऐड़ी के पीछे के टेंडन का प्रदाह	60
38.	Morton's Neuroma or Morton's Neuralgia	61
39.	Morton's Toe पांव के अंगुलियों के जोड़ ऐंठ जाना	62
40.	Ingrown Toe Nails	63
41.	Fungal Infection of Nails	64
42.	Athlete's Foot धावकों के पाँव	65
43.	Swollen Legs सूजे हुए पैर	66-67
44.	Shin Splints सामने के पैर की टिबिया नामक हड्डी की मांसपेशी की क्षति	68
45.	Hamstring Injuries घुटने के पीछे की कण्डरा की चोट	69
46.	Strengthening the Hamstrings घुटने के पीछे की Tendon को शक्ति प्रदान करना	70
47.	Strengthening the Shin Muscles पैर के घुटने से टखने तक की सामने की टिबिया हड्डी की मांसपेशियों को शक्ति प्रदान करना	71
48.	Flat Feet	72
49.	Groin Injury	72
50.	Sprain in the Foot	73
51.	Foot Ulcer	74
52.	Paronychia किसी अंगुली के चारों ओर के किनारों के ऊतकों का शोथ, परिनख शोथ	75
53.	Bunions and Hallux Valgus	76
54.	Corns	77
55.	Burning Feet	78
56.	Baker's Cysts घुटने के पीछे की सिस्ट	79
57.	Mallet Finger or Hammer Finger हथौड़े के आकार की अंगुली	80

58.	Radial Tunnel Syndrome नीचे की बांह की रेडियल नर्व के दबने से उत्पन्न लक्षण	81
59.	Tennis Shoulder	82-83

Part - II
Aches and Pains in the Body

1.	Headache सिर दर्द	86
2.	Eye आँख	87-88
3.	Face area Pains चेहरे के क्षेत्र में दर्द	89-90
4.	Throat गला	91
5.	Neck गर्दन	92
6.	Cervical Spondylitis or Spondilosis गर्दन के मनके दबकर होने वाली स्पॉन्डिलाइटिस या स्पॉन्डिलोसिस	93-94
7.	Back Pain पीठ दर्द	95
8.	Lumbar Region लम्बर क्षेत्र	96
9.	Coccyx Painful and Injured पूंछवाली हड्डी में दर्द होना	97
10.	Chest Pain छाती में दर्द होना	98-100
11.	Intercoast Neuralgia पसलियों का स्नायुशूल	101
12.	Abdomen पेट	102
13.	Rheumatic Arthritis	103-106
14.	Rheumatoid Arthritis गठियारूप संधि प्रदाह	107-111
15.	Gout and Pain in Big Toe गठिया तथा पांव के अंगूठे में दर्द होना	112-115
16.	Occlusion and Bi Syndromes जकड़न एवं ऐंठन के लक्षण	116-117
17.	Sprain मोच	118-120
18.	Sports and Industrial Injuries खेलों एवं कारखानों में चोट लगना	121-127
19.	Muscle Cramps मांसपेशी में ऐंठन	128-129
20.	Spasm पेशियों में होने वाला अनियंत्रित संकुचन	130-132
21.	Fibromyalgia संधियों की पेशियों एवं कोमल ऊतकों का जीर्ण शूल	133-134
22.	Orchitis or Epididmytis पोतों में प्रदाह या अधिवृषण में प्रदाह	135
23.	Rickets बाल अस्थिवक्रता	136-137
24.	Rheumatism आमवात	138-1139
25.	Paget's Disease of Bone हड्डियों का मुड़ना	140-141
26.	Runner's Knee दौड़ने वालों के घुटने	142-143
27.	Popliteous Tendonitis घुटने के पीछे की नर्व का प्रदाह	144
28.	Scleroderma त्वचा काठिन्य	145-146
29.	Tetany अपतानिका	147-152
30.	Disorders of Peripheral Circulation हाथों पैरों के संचरण की गड़बड़ी	153

31.	Painful Menstruation and Dysmenorrhea मासिक धर्म के समय दर्द होना	154-155
32.	Urinary Problems मूत्र सम्बन्धी लक्षण	156
33.	Stiff Persons Syndromes व्यक्ति के मांसपेशी जकड़न संलक्षण	157
34.	Cellulitis संक्रमण द्वारा संयोजी ऊतकों का एक विस्तृत शोध	158
35.	Bruising and Abrasions खरोंच एवं रगड़ लगना	159
36.	Post Operative Pain ऑपरेशन के बाद दर्द होना	160
37.	Jet Lag लम्बी जेट हवाई यात्रा जनित नींद बाधा	161
38.	Pesticide Poisoning	162
39.	Beauty Treatments	163
40.	Buerger's Disease	164
41.	Tarsal Tunnel Syndrome सात हड्डियों से बने टखने की सुरंग के संलक्षण	165
42.	Whiplash Injury झटका लगकर गर्दन में मोच आना	166
43.	Stiff Neck गर्दन की जकड़न	167
44.	Performance in Sports खेल में सफलता के लिए	168
45.	Stress Related to Sports	168
	Byol Charts	169-174
	हमारे प्रकाश (Our Publications)	175-176

