前言　与耳廓对话，与健康结伴 …… (i)
第一部分　古今中外耳廓保健理论实践 …… (1)
第二部分　耳廓主要类型及耳廓表面、局部层次解剖 …… (6)
1. 耳廓主要类型 …… (6)
2. 耳廓表面解剖 …… (7)
(1)耳廓正面表面解剖名称图 …… (7)
(2)耳廓背面表面解剖名称图 …… (8)
3. 耳廓局部层次解剖 …… (9)
(1)耳廓前面局解(浅层) …… (9)
(2)耳廓前面局解(深层) …… (10)
(3)耳廓背面局解(浅层) …… (10)
(4)耳廓背面局解(深层) …… (11)
第三部分　系统耳廓保健按摩作用机理、主要功效 …… (22)
1. 系统论与耳廓 …… (22)
2. 信息熵与耳廓 …… (23)
3. 系统耳廓保健按摩作用机理 …… (24)
4. 系统耳廓保健按摩主要功效 …… (25)
5. 人体主要部位或系统疾病对应耳廓按摩部位 …… (26)
6. 系统耳廓保健按摩观(特)点 …… (26)
第四部分　系统耳廓保健按摩手法介绍 …… (38)
第五部分　系统耳廓保健按摩注意事项 …… (44)
第六部分　系统耳廓保健按摩方法 …… (49)
第一章　系统耳廓保健按摩前准备活动 …… (49)
1. 全身准备 …… (49)
2. 耳廓准备 …… (51)
第二章　系统耳廓保健按摩基本动作 …… (52)
第一节　掌心耳廓推擦 …… (52)

第二节　提拉耳尖 …… (53)
第三节　三角窝和对耳轮上脚按摩 …… (54)
第四节　耳甲腔、耳甲艇按摩 …… (56)
第五节　对耳屏、对耳轮和耳舟按摩 …… (58)
第六节　外耳道口转拔 …… (60)
第七节　耳屏按摩 …… (62)
第八节　耳垂按摩 …… (64)
第九节　耳廓纵横按摩 …… (64)
第十节　振耳叩脑 …… (67)
第三章　系统耳廓保健按摩结束过程整理动作 …… (69)
第七部分　中国标准耳穴位图谱及基本与补充标志线(点)示意图 …… (77)
第八部分　系统耳廓保健按摩学术拓展 …… (96)
1. 系统耳廓保健按摩与新版眼睛保健操 …… (96)
2. 其他学术拓展 …… (97)
3. 系统耳廓保健按摩相关论文 …… (97)
(1)耳穴定义之复杂性厘正 …… (97)
(2)耳穴现象复杂性再认识 …… (103)
(3)《现代综合耳廓耳穴图谱》与“系统耳廓医学” …… (106)
(4)“耳穴”英语规范表达初探 …… (108)
(5)耳廓按摩效果影响因素 …… (113)
附件 …… (119)
1. 2008 年新版眼睛保健操具体内容 …… (119)
2. 许崇明系统耳廓医学贡献 …… (122)